INSTITUTUL DE ARTĂ TEATRALĂ ŞI CINEMATOGRAFICĂ „I. L. CARAGIALE" – BUCUREŞTI

FACULTATEA DE TEATRU, CINEMATOGRAFIE ŞI T.V.

EXPRESIE ŞI IMPROVIZAŢIE SCENICĂ

Conf. univ. SUZANA BADIAN

INSTITUTUL DE ARTĂ TEATRALĂ ŞI CINEMATOGRAFICĂ
„I. L. CARAGIALE" – BUCUREŞTI

FACULTATEA DE TEATRU, CINEMATOGRAFIE ŞI T.V.

Conf. univ. SUZANA BADIAN

EXPRESIE ŞI IMPROVIZAŢIE SCENICĂ

❊ desene de:

grigorie minea

VALOAREA MIŞCĂRII SCENICE ÎN FORMAREA ACTORULUI MODERN

❊

„Oglindă a realităţii timpului său" — iată o definiţie care s-a impus în toate epocile şi pe care au respectat-o cei ce au dorit să realizeze un teatru de calitate.

Pe scenă oamenii şi-au privit chipul, înfăţişat în toată splendoarea sau în toată urîţenia lui, au asemuit teatrul — printr-o metaforă de neclintit — cu o oglindă. Aici se întîlnesc gînduri, sentimente, pasiuni, caractere, şi se ciocnesc în acţiuni generate de conflicte inerente structurii umane, pe care o determină complexa textură socială.

În teatru viaţa se concentrează pe coordonatele ei esenţiale, şi ca atare solicită actorul, ca şi spectatorul, la cunoaşterea profundă şi ştiinţifică a datelor care o compun.

Şi mai ales, prin cunoaştere, oamenii îşi proiectează tot pe scena teatrului, o imagine ideală încărcată de elanuri şi aspiraţii, o imagine a propriei lor autodepăşiri. Pe scenă visul, trecînd cu paşi repezi prin istorie, devine speranţă şi mîngîiere, tinzînd spre realizarea în epoci viitoare, apropiate.

S-a demonstrat în repetate rînduri, în mod teoretic şi practic, că arta spectacolului teatral e o artă complexă, solicitînd în egală măsură sentiment şi intelect, prin intermediul văzului şi auzului, instruind şi desfătînd deopotrivă.

Textul piesei este transmis prin intermediul actorilor, într-un cadru dat, care este scena. Iar sala de spectatori îl receptează în toată amploarea sa, datorită calităţii jocului actorilor.

Jocul interpretativ actoricesc, desfăşurat în spaţiul bine delimitat al oricărei scene, trebuie să ţină seama de criterii specifice, care să permită acea condensare veridică a diversităţii vieţii, cuprinse în evoluţia sa. Mişcarea vieţii impune în redarea ei, în mod necesar, mişcare.

Prin natura sa spectacolul teatral are un caracter dinamic. Aspectul său static — formal cuprinde un conţinut dinamic. Acest conţinut dinamic al spectacolului susţinut de colectivul artistic, se realizează prin jocul individual, personal, al fiecărui actor, de la protagonist pînă la ultimul figurant.

Nici nu mai e nevoie să subliniem cît de important este pentru viitorul actor, ca, în formarea lui artistică, să pună un deosebit accent pe comportamentul său scenic, pe plastica mişcării sale artistice şi

sugestive, pentru realizarea căruia va trebui să folosească în mod conștient posibilitățile de desfășurare pe care i le poate oferi formatul scenei, precum și propriile sale posibilități, însușirile propriului său corp, în interacțiunea cu partenerii.

Scena își are legile ei proprii, pe care actorul e obligat să le cunoască. Mișcările obișnuite din viața de toate zilele, suferă adaptări în conformitate cu imaginea artistică propusă. Mișcările actorului au ca scop impresionarea spectatorilor, necesită plasticitate, expresivitate, forță de redare, sugerarea celor mai ascunse nuanțe.

În condițiile atît de perfecționate ale spectacolului modern, care necesită o pregătire completă, totală, a actorului datorită multitudinii solicitărilor, se impune un stadiu special al mișcării scenice, care să ușureze sarcina de loc ușoară a interpretării rolului.

O calitate deosebită a omului este educabilitatea.

Corpul uman ascultă de anumite imperative biologice, care bine stăpînite și orientate, îi vor oferi una din premizele unei bune interpretări, și anume : libertatea de desfășurare fizică.

Cursul de Expresie și Improvizație Scenică are tocmai acest scop : pregătirea viitorului actor pentru a executa pe scenă, cele mai variate mișcări, în cadrul unei desfășurări normale, obișnuite, a corpului omenesc. Exercițiile cu un dublu caracter, tehnic și artistic, pregătesc corpul să capete suplețe, agilitate, libertate musculară, în cadrul unei expresii cît mai veridice.

Improvizația își aduce efortul său deosebit la această pregătire tehnică și artistică, a expresivității corporale, punînd în valoare cunoștințele propriu-zise, ajutînd la însușirea lor temeinică.

La rîndul său, un corp bine exersat va permite imaginaiței creatoare, dezvoltarea jocului ei înaripat.

Nenumărate sînt dificultățile, de ordin fizic sau psihic, pe care actorul le are de înfruntat în realizarea interpretării sale artistice. De aceea, urmărind eficiența studiului expresvității corporale și a improvizației scenice, socotim necesar ca cei ce vor să-și însușească această artă, să fie introduși încă de la început, în cadrul atît de specific teatrului, care este *scena*.

Scena nu este numai un spațiu limitat cu anumite detalii tehnice, materiale. Este o întreagă atmosferă. Cu acest fapt trebuie să-i obișnuim pe începători. Uneori sala de curs prezintă condiții adecvate, fiind dotată cu podium, decor, cortină. Alteori acestea lipsesc. Dar lipsa acestora nu ne va împiedica, să-i obișnuim pe studenții actori, încă de la primele lecții, să execute cele mai simple mișcări, în vederea realizării unui eventual spectacol, cu alte cuvinte, avînd sentimentul că sînt privite, că evoluează în fața unui public, chiar dacă — așa cum se întîmplă de cele mai multe ori — unicul lor spectator este ochiul atent, avizat, al profesorului care conduce clasa. În acest fel căpătăm o ambianță aptă să pregătească viitorul actor, trezind interesul pentru jocul scenic și stimulîndu-i răspunderea cerută de calitatea de actor.

Atunci cînd creem, în scop pedagogic, raportul „scenă-sală", creem de fapt raportul dintre „ceea ce se joacă pe scenă" și „publicul din sală". Chiar în cazul în care studenții execută cele mai simple exerciții într-o sală de antrenament, ei sînt puși în situația de a simți în mod concret, direct, relația mai sus amintită. Publicul poate fi profesorul împreună cu grupul de studenți, care în acel moment, nu lucrează. Obișnuindu-se să „joace", studenții se obișnuiesc de la început cu publicul, care îi observă și îi judecă, se obișnuiesc cu influența pe care „sala" o are în mod cert asupra „scenei". În acest fel studiile de mișcare scenică dobîndesc o direcționare precisă. Relația dialectică „scenă-sală" va fi înțeleasă, „simțită", în practică. Studenții vor ajunge repede să-și dea seama, că prin „scenă" și „sală" sînt cuprinse două elemente constitutive ale aceleiași unități : spectacolul teatral. Un element nu poate exista fără celălalt : ar fi non-sens. Iar practica actoricească de-a lungul timpului a demonstrat prin strălucite exemple, influența lor reciprocă. De fapt nici un spectacol nu poate fi socotit reușit, dacă nu crează o legătură vie între scenă și masa de spectatori.

De aceea în formarea actorului, exercițiile cele mai simple de mișcare, cu un caracter pur fizic, își vor căpăta adevărata lor valoare numai în cazul respectării condiției scenice. Astfel se solicită interesul pentru scopul final : reușita interpretării artistice.

Mișcarea actorului mai este determinată încă și de alte date, cum sînt decorul, costumul, lumina. Cu atît mai mult trebuie să ținem seamă de toate datele obiective, care la un moment dat condiționează punerea în valoare a mișcării scenice, cu cît, în concepția modernă de spectacol teatral, „vizual" a căpătat o importanță din ce în ce mai mare. Înțelegem deci lesne de ce mișcarea actorului este direct interesată, de ce solicitările în acest domeniu devin tot mai numeroase și mai dificile.

În consecință, învățămîntul artistic, mereu adaptat noilor situații, răspunzînd prompt celor mai noi cerințe, fie de domeniul tehnic, fie de cel artistic, urmărește familiarizarea cu toate aceste elemente în dezvoltarea lor, cu exigențele specifice, cărora viitorul actor va trebui să le facă față. Astfel exercițiile de mișcare necesită, atunci cînd e cazul, încadrarea într-un anumit decor, folosirea unor elemente de costum, care determină o anumită mișcare, cu un specific raportat la celelalte elemente scenice.

Teatrul contemporan a adus noi rezolvări nu numai în concepția pieselor, dar și în prezentarea lor scenică. Scena, ca și sala, au suferit tot felul de transformări. Sînt utilizate o serie de extinderi ale spațiului scenic, de care actorul trebuie să țină seama în desfășurarea jocului său. Tehnica modernă a luminării scenei permite obținerea unor nenumărate efecte plastice, care cer o studiere aprofundată a mișcării în detaliu. Contrastele de lumină și umbră, ca și diferitele lor trepte intermediare, scot în relief un gest anumit, expresia feții, o anumită porțiune a trupului și chiar a feții.

Desigur, ținîndu-se seama în formarea lor de toate aceste date care le condiționează punerea în valoare a mișcărilor proprii, studenții își vor dezvolta odată cu posibilitățile de expresie corporală și fantezia atît de necesară unei mișcări scenice de înaltă ținută artistică.

Decorul real este suplinit în sala de curs cu diverse elemente care îl sugerează : scări, cuburi, practicabile, etc. Perdelele sînt un element care poate oferi interpretări foarte variate, precum și crearea unor planuri diferite, în care să se desfășoare mișcările. Diferitele lor întrebuințări ajută la dezvoltarea imaginației. Într-adevăr, prin

Punctul de plecare în acest studiu va fi calitatea fizică proprie fiecărui student, în vederea dezvoltării sale progresive, reale şi satisfăcătoare.

Prima condiţie pentru dezvoltarea calităţilor expresive ale corpului este studierea atentă a mişcărilor naturale, care pe un fond comun, prezintă diferenţe de la un individ la altul. Fără îndoială că în timpul studierii mişcărilor naturale se va urmări atît corectarea eventualelor deficienţe fizice observate, cît şi dezvoltarea şi selecţionarea bagajului curent de mişcări, cu care se prezintă fiecare debutant.

Pentru ca viitorul actor să poată răspunde la solicitările atît de diferite ale spectacolelor, se cere să dobîndească prin studiu, o cît mai mare *mobilitate corporală*. În acest scop studiile de încordare şi relaxare musculară prin solicitări atente, eşalonate în timp şi cu o gradaţie spre maximum, vor dezvolta degajarea necesară jocului. Supleţea şi agilitatea corpului vor căpăta acea siguranţă caracteristică măestriei mişcării scenice.

Studiile de acrobaţie, de căderi, sînt menite nu numai să dezvolte, dar să-şi întreţină o mare mobilitate a corpului, pregătit astfel să interpreteze roluri, care cer în mod special cunoaşterea acestor tehnici.

În cadrul studiului de mişcare se impune şi o recreere salutară, în urma concentrării cerute de studiul propriu-zis. Acest lucru vom căuta să-l obţinem prin acele „jocuri" executate în timpul orelor de curs. Prin varietatea lor jocurile nu au însă un caracter pur recreativ. Păstrînd aparenţa unei desfăşurări libere, ele stimulează calităţile spontane ale celor astfel antrenaţi, descătuşîndu-le imaginaţia într-o expansiune plină de voie bună. Jocurile devin astfel un exerciţiu preţios, în care accentul cade pe caracterul juvenil, proaspăt, entuziast al fanteziei artistic-creatoare.

Studiul expresivităţii corporale nu ţine seama în progresiunea sa de faptul că mişcările scenice se încadrează într-o anumită acţiune dramatică.

Prin urmare ele vor trebui întotdeauna să fie bine motivate, atît în ansamblu, cît şi în detaliu, şi exprimate în mod explicit.

Mişcările executate în cursul studiului vor fi condiţionate de tema propusă, precum şi de celelalte elemente proprii spectacolului : partener, decor, obiecte, costum, lumină. Legătura strînsă care există între toate aceste elemente, condiţionarea lor reciprocă, trebuie să fie respectată în toate exerciţiile şi studiile de mişcare. Studenţii se vor obişnui să se orienteze într-un cadru fixat, coordonîndu-şi mişcările în raport cu celelalte elemente.

O justă coordonare va permite şi o justificare temeinică a mişcărilor fizice executate. Este important de reţinut ca acest curs de mişcare scenică să nu aibă în niciun moment caracterul limitat al dobîndirii însuşirii pur fizice. Nu trebuie să pierdem niciodată din vedere că perfecţionarea mişcărilor corpului, a posibilităţilor lui de evoluţie în diferite situaţii, trebuie să fie în slujba unei cît mai mari capacităţi expresive. De aceea principala grijă în cursul acestui studiu, este ca studenţii să-şi poată sesiza şi aprofunda caracterul artistic. Cele mai agile, cele mai motivate mişcări, nu vor avea o calitate scenică reală, dacă nu vor beneficia de o plasticitate, de o putere de expresie, capabile să transmită ideia care le generează. Nerealizarea plastică, expresivă,

a oricărei mişcări, îi va anula calitatea artistică. În acest fapt stă de-altminteri principala dificultate, care trebuie să fie învinsă pe tot parcursul studiului de mişcare scenică.

Nu este cazul să pledăm pentru adevăruri bine cunoscute. Plasticitatea şi expresivitatea mişcărilor le conferă puterea de a emoţiona pe spectatori, de a-i face să participe la acţiunea dramatică.

De asemenea în studiu vor fi analizate şi accentuate diferenţele, prin care aceeaşi mişcare va căpăta o plasticitate şi o expresivitate diferită, în raport cu genul spectacolului : comedie, dramă, pantomimă, etc. Trebuie să fim conştienţi de necesitatea potenţării mişcărilor noastre artistice. O potenţare cît mai nuanţată va permite jocului interpretativ încadrarea într-o varietate cît mai mare de genuri şi stiluri, respectarea epocii şi a autorului şi totodată ne va permite dezvoltarea stilului nostru personal de joc.

În cursul de mişcare scenică studiile de improvizaţie sînt o parte importantă, care nu trebuie abandonată în nici un moment. Fantezia creatoare trebuie în mod permanent stimulată, ajutată să se dezvolte. Valorificarea calităţilor dobîndite prin studiile de mişcare se face tocmai în momentul liberei, spontanei desfăşurări scenice. Iar efortul perpetuu de inventivitate va aduce o continuă autodepăşire.

Calităţile fizice de mobilitate şi agilitate, care trebuie să fie dobîndite, vor fi, în cursul acestui studiu, mereu dublate de stimularea şi dezvoltarea calităţilor psihice necesare unei motivări inteligente şi sensibile a acţiunilor fizice. De aceea, pe lîngă imaginaţie, se impune un apel permanent la simţul de observaţie, puterea de concentrare a atenţiei, capacitatea de memorizare. Exersate în mod armonios, toate acestea vor concura la realizarea deplină a calităţilor scenice.

Varietatea elementului uman existent, precum şi caracterul practic pronunţat al cursului de mişcare scenică, fac imposibilă trasarea unei metode rigide de predare. Trăsătura de căpetenie a profesorului care predă această materie, este tocmai supleţea în orientarea concretă, individuală. Aceasta implică răbdare în cercetarea fiecărui caz luat în parte, inventivitate în soluţionarea mereu nouă a vechilor dificultăţi, disponibilitate sufletească, entuziasm în fiecare clipă de studiu.

Totuşi deplina valorificare a calităţilor înnăscute reclamă respectarea disciplinei riguroase a studiului. Desfăşurarea şi dezvoltarea optimă a acestor calităţi este posibilă atunci cînd între profesor şi grupul de studenţi se crează un climat stimulator. În acest caz rezultatele efortului comun vor fi cele dorite şi propuse dinainte.

ELEMENTUL PSIHOLOGIC ÎN STUDIUL MIŞCĂRII ACTORULUI

*

Arătam în încheierea capitolului anterior necesitatea folosirii elementului psihologic în munca de dezvoltare şi perfecţionare a capacităţii expresive şi plastice a actorului. Iată cîteva consideraţii în această privinţă.

SPIRITUL DE OBSERVAŢIE

Spiritul de observaţie este la îndemina fiecăruia dintre noi. Totuşi, de multe ori, ne lipsim — dintr-o neglijenţă condamnabilă — de serviciile pe care acest spirit de observaţie, bun prieten al fiecărui profesionist, ni le aduce. Nu-l luăm în seamă, îl lăsăm să adoarmă, uneori să se stingă. Şi atunci trecem pe lingă lucruri importante pentru noi, pe care nu le vedem, nu le auzim, nu le simţim.

Orice om luat în parte, dacă e întrebat ce anume îşi aduce aminte, ce ar putea relata din evenimentele zilei trecute, ar reuşi cu un mic efort să se concentreze ş să povestească unele acţiuni care l-au impresionat în mod deosebit.

Unii oameni prind a povesti cu mai puţine cuvinte, încercînd să suplinească aceasta prin gesturi, mimică sau mişcare, întregind astfel tablourile de viaţă pe care le-au contemplat. Alţii redau cele mai mici amănunte. Iar alţii descriu în linii mari. Indiferent în ce măsură e dezvoltată această facultate, îi constatăm existenţa la fiecare individ în parte.

Întîlnim persoane cu un spirit de observaţie deosebit de dezvoltat. Alţii trebuie însă să şi-l educe.

Viitorul actor trebuie să facă în această direcţie un progres real şi rapid. Organele sale de simţ trebuie să fie oricînd gata să recepteze orice vibraţie din jurul lui, orice formă de viaţă care palpită pretutindeni şi fără încetare.

În vederea adevărului vieţii în imagini artistice scenice, trebuie să ţinem seama de faptul că orice comportare nu e un fenomen izolat, ci este în strînsă legătură cu tot ceea ce se întîmplă în jur. Reacţionăm la toate semnalele primite. Faptele, gîndurile şi sentimentele noastre sînt influenţate de mediul înconjurător.

Observînd oamenii în comportarea lor firească, din fiecare zi, cum merg, cum fug, cum gesticulează, cum privesc, cum se opresc şi cum

se așează, cum mănîncă, dorm, se urcă pe scară sau cad, precum și felul în care se comportă în societate, etc. ne putem da seama cît de variat se exprimă, în cadrul aceleiași întîmplări, sau în ocazii diferite, pentru a-și exterioriza emoțiile, sentimentele, pasiunile. Să ne gîndim de pildă la un meci de fotbal, la care asistă mii de oameni, la expresia lor ca participanți în umărirea jocului : — La unii se oglindește frenezia izbînzii, la alții se vede nemulțumirea eșecului, dar cît de variat se exprimă fiecare ! Comportarea noastră, știm bine, este în strînsă legătură cu temperamentul, vîrsta, profesia și bineînțeles cu mediul înconjurător.

În educarea spiritului de observație, un loc important îl ocupă studiul felului în care trăiesc, se mișcă și se joacă animalele, felul în care păsările zboară și își hrănesc puii, etc.

De asemenea trebuie să știm și să cunoaștem obiectele ce ne înconjoară, variate ca formă și conținut. E necesar să urmărim în ce fel sînt mînuite aceste obiecte și cum trebuie să ne comportăm față de ele.

Totodată trebuie să observăm influența condițiilor atmosferice în care ne mișcăm. De multe ori, acțiunea unei piese este plasată într-un anumit anotimp. Trebuie să studiem gesturile, mișcarea adecvată anotimpului. Comportarea omului diferă la frig, la căldură, dacă umblă în zăpadă, dacă este înghețat și alunecă etc.

În ce fel putem să cunoaștem această lume și să înțelegem realitatea ? Știm de la început că sintem ajutați de organele de simț, care ne permit interceptarea datelor realității, pe care printr-o prelucrare colectivă, le vom folosi și în exercițiile noastre — la început simple. Unii studenți cred că pot realiza foarte ușor aceste acțiuni și pornesc superficial la lucru. De aceea este necesar ca profesorul să le atragă atenția asupra problemei principale, adică asupra sarcinei pe care o impune exercțiul de „observație" a temei date, indiferent în ce formă : vizual, auditiv, tactil, etc.

Este de dorit ca studenții să-și însușească de la început capacitatea de a traduce scenic cele mai simple teme, propuse ca rezultat al observației, fiindcă în acest fel dobîndesc mai ușor acomodarea necesară realizării unor acțiuni propriu-zis dramatice.

Profesorul, prin felul în care dozează materia predată la aceste lecții, trebuie să țină treaz interesul studenților și să creeze o atmosferă prielnică de lucru. Studenții își vor îndrepta observarea atît asupra lor înșiși, asupra temei date, cît și asupra mediului înconjurător.

Facultatea observării, comună tuturor oamenilor, se înțelege că trebuie să fie dirijată cînd este vorba de acumularea experiențelor în vederea jocului scenic. Această dirijare are în vedere extragerea atentă a elementelor caracteristice, esențiale, care să permită redarea vieții pe scenă, în modul specific, propriu spectacolului dramatic.

Astfel, studenții își îmbogățesc bagajul de cunoștințe pe care îl vor folosi mai tîrziu pe scenă.

Trebuie să înțelegem, că tocmai exercițiile menționate mai sus, de multe ori banale, în aparență jocuri de copii, contribuie la dezvoltarea însușirilor actoricești.

CONCENTRAREA ATENȚIEI

Ne putem întreba ce legătură au aceste studii, ca și cele pentru dezvoltarea spiritului de obesrvație și a memoriei, cu arta în general și cu măestria actorului în special ?

De ce trebuie studiată în mod deosebit concentrarea atenției, cînd știm că orice om trebuie să fie atent asupra acțiunii pe care o execută și că aceasta se întîmplă într-un mod firesc ?

Pentru ce trebuie să fie studiată la lecțiile de mișcare, cînd știm că aceste studii se fac și la orele de actorie, ca și cele pentru dezvoltarea observației, memoriei și imaginației ?

Experiența pedagogică ne arată, că lecțiile de la cursurile de mișcare scenică trebuie să meargă paralel cu cele de la actorie.

Cînd este posibil, anumite „probleme" și „teme", vor fi studiate înainte ca ele să fie tratate la orele de artă dramatică. În acest fel studentul înțelege acțiunea mai repede și poate să se transpună mai ușor în situația cerută. Totodată profesorul de actorie este ajutat într-un mod direct și substanțial din partea profesorului de mișcare.

Lucrînd mici momente din probleme variate, atît la actorie cît și la mișcare, studentul este ajutat și pregătit în vederea aceluiași scop : dobîndirea calității de actor.

Exercițiile de concentrare a atenției îl pregătesc pe student pentru o experiență organică interioară mai complexă, în cadrul fragmentelor de piese pe care le studiază.

Baza acestor exerciții este acțiunea fizică. În strînsă legătură cu nevoile și problemele scenice stă necesitatea unui bogat repertoriu de exerciții, care să dezvolte capacitatea de concentrare a atenției.

Atenția ca facultate necesară în interpretarea unui rol, nu mai este întîmplătoare ca în viața de toate zilele. Ea nu urmărește numai un răspuns adecvat al individului în raport cu solicitările exterioare, ci este efortul de a depăși printr-o concentrare asupra unei probleme date, starea subiectivă obișnuită a individului și integrarea lui într-o situație cerută.

Prin concentrarea atenției asupra unui gest, a unei mișcări, unui obiect, spațiu, etc., indicat scenic, studentul face primul efort de a-și adapta comportarea lui obișnuită și de a se contopi cu personajul cerut de rolul pe care va trebui să-l interpreteze.

Prin aceste exerciții, dacă se reușește o concentrare asupra obiectului indicat, încetul cu încetul, se ajunge la uitarea de sine printr-o depășire a subiectivului. Astfel studentul se integrează sincer și complet acțiunii.

Acest obiect, indicat pentru concentrarea atenției, reprezentat printr-un singur element, sau mai tîrziu prin mai multe, ajută la o comportare mai degajată față de parteneri și contribuie la o libertate corporală totală. În acest fel reușim să ne concentrăm asupra unui detaliu, încercăm să-l rezolvăm, să ajungem să creem mici studii, mici fragmente dintr-un întreg.

În momentul în care reușim să fim absorbiți de motivul de concentrare, putem atrage cu noi și pe cei din jurul nostru, ducînd mai departe jocul în strînsă colaborare cu partenerii.

Ajungem prin aceste exerciții să creem studii întregi în jurul unui obiect, eveniment, etc. sau chiar să lucrăm cu factori imaginari.
De asemeni putem realiza scene întregi, punctul de concentrare fiind persoana noastră.
Această capacitate de concentrare asupra unui element din afară, sau a mai multor probleme strîns legate de jocul partenerului în spațiul dat, asigură studentului și mai tîrziu actorului o totală degajare fizică, chiar și în momente critice pe scenă.
Pentru atingerea acestui scop, prin exercițiile cursului se va căuta dobîndirea unei stablităț a atenției capabilă totuși de mobilitate și elasticitate, pentru lărgirea volumului cîmpului de atenție.
Prin educarea atenției în sensul condițiilor cerute de jocul scenic, studentul va fi apt să se desfășoare atît în exercițiile de mișcare, cît și în cele de impovizație.

MEMORIA

Memoria, ca proces psihic, este tot atît de caracteristică omului ca și observația și atenția.
Memoria ne ajută, după cum știm, să ne orientăm din ce în ce mai ușor, uzînd de un bagaj de experiențe acumulate cu ajutorul observației și atenției.
Memoria este acel proces psihic comun tuturor oamenilor, care poate fi educat, obținîndu-se astfel un plus de orientare în relațiile noastre cu mediul înconjurător.
Dacă memoria este atît de necesară în manifestările obținute ale vieții, ea devine indispensabilă în dobîndirea măestriei viitorului actor.
Am văzut că observația și atenția sînt trepte către lărgirea și adîncirea cunoștințelor, care vor permite o completă înțelegere a fenomenului scenic. Memoria este și ea o condiție, care se adaugă în progresiunea cerută pentru însușirea unei complete stăpîniri a tehnicii actorului.
Prin observație și prin atenție, studentul face cunoștință cu diversitatea infinită a gesturilor, a expresiilor, a reacțiilor umane și a interdependenței dintre ele.
Gîndirea condiționată de acestea îl ajută pe actor să selecționeze în multitudinea manifestărilor interceptate, pe cele caracteristice, esențiale, făcîndu-l să-și concentreze jocul într-un mod conștient dirijat pentru atingerea scopului scenic cerut.
Fără o exersare a memoriei, rezultatele dobîndite în studiile de atenție și observație rămîn nesatisfăcătoare.
Așa cum în viața de toate zilele, memoria ne ajută să folosim într-un moment nou, însumarea experiențelor trecute, tot așa în arta actorului, memoria este facultatea care permite folosirea selectivă a unor acumulări dirijate în tot cursul studiului pentru dobîndirea unei capacități cît mai mari și mai mobile de integrare și redare a rolului interpretat.
Dificultatea în exersarea memoriei actorului constă în faptul că acesta trebuie să facă apel nu numai la facultățile lui obișnuit acumulative, dar și la acelea mai greu de antrenat și de dezvoltat, avînd un caracter afectiv.

Într-adevăr există o deosebire calitativă între *memoria mecanică*, cea *verbal logică* și cea *afectivă*.
Desigur că o memorie mecanică absolut necesară pentru însumarea unor cunoștințe, nu va fi niciodată suficientă actorului care trebuie să anime un gest învățat, încărcîndu-l cu o anumită tensiune.
Este cazul să facem deci o distincție netă între memoria ca proces pur abstract intelectual, de care s-ar folosi de exemplu un inginer pentru a-și însuși cunoștințele necesare în activitatea sa și memoria încărcată de calități *afective*, care va permite actorului să declanșeze în public corespondențe afective.
Pentru ca memoria să fie dezvoltată în sens favorabil desăvîrșirii jocului actorului, trebuie ținut seamă de faptul că este un proces foarte complex, care include calități atît sensoriale fizice cît și intelectuale și afective. Actorul trebuie să exerseze în același timp o memorie vizuală, tactilă, kinestezică și verbală. Este foarte important ca actorul să-și exerseze memoria kinestezică, lucru care îi va permite să reproducă gesturi și mișcări caracteristice, observate și studiate. Tot ea îi va permite să se orienteze în spațiul scenic în raport cu decorul, cu partenerii și cu obiectele minuite.
Memoria profund exersată, va permite actorului să-și compună rolul, utilizînd mijloace mereu mai bogate și mai variate. Grație ei, actorul își va putea îmbogăți necontenit jocul printr-o obiectivizare, care să-i dea libertatea de a se integra înnoit în fiecare rol.
Scena implică acceptarea unor convenții superioare, care presupun o cît mai largă cunoaștere a vieții. Aceasta trebuie să înlesnească actorului transpunerea într-un limbaj plastic esențializat, pregnant transmisibil, a complexității infinite a vieții.
Se știe că în jocul lui actorul, deși e determinat de criterii subiective fizice, intelectuale și temperamentale, își poate adînci și nuanța jocul, numai dacă va uza de o memorie plastică bogată, care să-i permită autenticitatea în raport cu fiecare rol.
În acțiunile fizice cerute de jocul de scenă, actorul face uz și de o memorie kinestezică.
Fiecare gest, fiecare mișcare care compun o acțiune scenică presupun o stăpînire cît mai conștientă a interacțiunii musculare a corpului. Același gest, aceeași mișcare va solicita o altă tensiune în raport cu acțiunea pe care o desfășoară.
De exemplu: poți întinde mîna sau face cîțiva pași în acțiuni foarte diferite, fiecare gest cerînd o altă expresie a corpului.
Exersarea memoriei pentru reproducerea textului, cerută de rol, presupune și ea în afara procesului de recepționare și de păstrare, și capacitatea de integrare a acestui text în complexul dramatic.
Un bun actor nu va crea niciodată zone separate între text și jocul de scenă, ci fiecare cuvînt al textului învățat va fi integrat în procesul total al expresiei artistice cerute de rol.
Registrul actual al spectacolelor scenice fiind de o mare bogăție și varietate, cere actorului o mereu activă și trează acumulare de cunoștințe și experiențe dramatice, pentru a putea să răspundă unor solicitări atît de multiple.

De aceea exersarea memoriei creatoare a viitorului actor este foarte importantă, permițîndu-i dobîndirea unui fond de cultură dramatică, care să-l ajute să înțeleagă și să interpreteze profund și real rolurile viitoare.

IMAGINAȚIA

Un actor trebuie să fie prin excelență o ființă cu posibilități proteice. I se cere unei inidividualități condiționată de factori personali specifici, să se ipostazieze infinit, luînd chipul și înfățișarea unor multiple alte individualități.

Pentru ca același om să poată fi cînd rege, cînd cerșetor, cînd tînăr, cînd bătrîn, să încarneze tipul avarului sau al risipitorului, să fie contemporan sau personaj istoric, se cere ca actorul să facă uz de facultăți psihice bine antrenate și direcționate în sensul cerut de arta sa.

Dacă observația, atenția, memoria, sînt necesare unui actor pentru a-și lărgi mereu aria cunoștințelor de care se va folosi mai tîrziu în interpretările sale, aceste facultăți au un caracter cumulativ, permițînd dobîndirea unui bagaj cît mai bogat în domenii foarte diferite. Dar prin calitatea sa artistică, profesiunea de actor cere o transfigurare a datelor acumulate, o folosire a acestora în mod creator. De aceea în studiile care fac obiectul cursului nostru, trebuie acordată o mare atenție dezvoltării „imaginației".

După cum știm, imaginația este proprie omului. Grație ei acesta a putut să-și îmbogățească mereu orizontul natural : pentru că omului nu i-a fost niciodată de ajuns să reacționeze și să memoreze, ci a simțit nevoia să plăsmuiască pe baza datelor acumulate, o realitate nouă pentru el, care să-i satisfacă atît curiozitatea cît și nevoia de a se afirma dinamic și ascendent într-un univers din ce în ce mai încărcat de semnificațiile proprii umane.

Studenții, în timpul studiului, trebuie să simtă încă de la început, că toate exercițiile pe care le fac, au ca scop pe lîngă dobîndirea unor calități ca agilitatea, plasticitatea, expresivitatea mișcărilor, — și stimularea și dezvoltarea imaginației care singură le va permite animarea, după criterii artistice, a mișcărilor.

În acest scop chiar exercițiile avînd un caracter simplu, aparent mecanic, vor fi mereu încărcate de sugestii care să solicite fiecărui student capacitatea imaginativă. Este foarte important ca profesorul, făcînd mereu apel la aportul fiecărui student, să facă înțeleasă pe nesimțite valoarea calitativ excepțională a imaginației în desfășurarea studiului. Desigur, elementele cu care se lucrează, sînt prin însăși alegerea pe care au făcut-o în studiul lor inițial, predispuse să acorde imaginației un rol preponderent. Tînărul care dorește să îmbrățișeze cariera de actor are în mod natural plăcerea de a se transpune în situații diferite de cele care i se oferă în mod obișnuit. De aceea, în munca lui, profesorul va căuta să stimuleze mereu această predispoziție. Numai astfel studiile pe care le va realiza vor avea un caracter viu, evitînd ariditatea. Fiecare din studenți trebuie să simtă că e stimulat, că i se cere să participe total, să se confunde cu tema propusă, ca într-un joc minunat din timpul copilăriei. *Această degajare de reticențe și inhibiții este condiția esențială pentru trezirea imaginației.* Desigur că există pericolul unei expansiuni necontrolate, care ar periclita progresul în timpul studiului. Printr-o dozare echilibrată a rigorilor studiului și a degajării creatoare, se poate evita o superficială înțelegere a problemelor ivite în timpul lucrului.

Stimularea și dezvoltarea imaginației viitorilor actori, trebuie să țină seama nu numai de aportul natural cu care își încep aceștia studiul, dar trebuie să urmărească printr-o lărgire neîncetată a orizontului, grație observației, atenției și memorizării, crearea unor noi surse pentru imaginație.

Pentru atingerea acestui scop, în afară de cunoștințele pe care le însușește progresiv fiecare student, trebuie avut în vedere ca studiile să urmărească și progresiunea lor, includerea unor teme, care să solicite cît mai variat și tot mai complex, imaginația studenților. Ca o gimnastică a acesteia se recurge și la procedeul „temelor contrarii", care prin schimbări bruște, neașteptate, să biciuie imaginația, să-i ceară printr-o mobilitate exersată, riposte spontane în situații diferite. Este de asemenea foarte utilă alternarea solicitărilor, în așa fel încît studentul să se obișnuiască atît cu un răspuns personal la o temă dată, cît și cu crearea de situații a căror inițiativă îi aparține. În acest fel imaginația tinerilor va lucra nu numai la comandă, ci va avea satisfacția de a-și crea teme proprii pe care să și le dezvolte liber. Pentru o și mai mare diversificare a studiului se recurge chiar la teme, pe care studenții și le propun între ei. Se stimulează astfel nu numai vioiciunea lor, dar și capacitatea de a se cunoaște unul pe altul și de a colabora mai profund.

Temele care solicită imaginația nu sînt numai cele luate din realitatea imediată. Studenților li se vor propune, pentru a cuprinde o gamă cît mai largă, și teme cu caracter istoric, și chiar fantastic, din lumea basmului, sau cele privind transformări pe care în închipuire le pot lua obiectele, plantele, sau alte viețuitoare.

Se va recurge la reminiscențele încă vii ale copilăriei, stimulîndu-se capacitatea transpunerii în feerie, permițînd astfel imaginației un zbor cît mai liber. Desigur imaginația, ca proces creator, va sluji viitorului actor în munca sa numai în măsura în care aceasta va putea să declanșeze în spectator o emoție reală. De aceea marea dificultate în stimularea și dezvoltarea imaginației tinerilor, constă în faptul că aceștia trebuie să înțeleagă resorturile adînci, care permit izbucniri creatoare a imaginației, să deschidă mereu noi perspective, fără să alunece însă într-un hibrid dezarticulat, care nu convinge pe nimeni. Prin imaginație studenții trebuie să pătrundă adînc și autentic în multiplele labirinte ale vieții și să fie capabili cu mijloace proprii și artistice să le prezinte cu pregnanța realității. Altfel imaginația riscă să fie un joc inutil, care creînd euforii factice, nu se încadrează în efortul cerut pentru dobîndirea calităților necesare unui bun actor.

CÎTEVA PRINCIPII METODICE

✲

Arătam mai înainte legătura strînsă dintre acest curs și cel de actorie. Prin natura sa, educația mișcării scenice are un caracter artistic interpretativ, datorită căruia se integrează în cursul de măestrie actoricească, răspunzînd necesităților acestuia și evoluînd în același sens. Din experiența scenică sîntem obișnuiți să privim cursurile cu un pronunțat caracter artistic-practic într-o unitate de conținut și scop, ceea ce este un principiu de bază al pedagogiei artistice. Dar uneori sîntem tentați să privim această unitate doar în liniile ei generale, abstracte. Nu trebuie să cădem în absolutizarea importanței unei discipline auxiliare, nu trebuie să facem din această materie un scop în sine, ci permanent să avem clar în minte, că prin studiul nostru contribuim la formarea actorului. Chiar cu riscul de a ne repeta, subliniem că în studiul nostru nu e vorba numai de căpătarea unor îndemînări fizice, prin exersarea repetată și dezvoltată a unui sistem de mișcări. Studentul actor trebuie să-și dezvolte în gradul cel mai înalt posibil talentul său natural, posibilitățile sale artistice, printre care se numără și expresivitatea scenică, plasticitatea mișcărilor sale în spațiul scenic.

Altă problemă a cursului nostru care trebuie soluționată cu justețe și simț al măsurii, este întrepătrunderea laturii teoretice cu cea practică. S-a stabilit un principiu ferm în această privință și anume: explicațiile teoretice au ca scop să clarifice exercițiile cu caracter practic. Dar ceea ce este important de reținut este echilibrul dintre practic și teoretic, precum și forma accesibilă de predare a teoreticului, care nu trebuie să încalce alte domenii de specialitate, cu alt profil profesional. Rolul nostru nu este să pregătim niște teoreticieni prin excelență, ci niște buni interpreți scenici, niște buni executanți, buni practicieni, care au la bază o profundă cunoaștere teoretică a fenomenului artistic, experimentată și verificată în munca la clasă.

Caracterul practic al cursului mai cere ca în predare să nu socotim grupa de studenți în bloc, în mod nediferențiat, cerîndu-le să înregistreze și apoi să reproducă la un mod foarte general. Cu toate că munca noastră are un caracter de ansamblu, trebuie să ne bazăm pe *lucrul individual*, luînd în considerație cazul concret, fiecare personalitate în parte, care trebuie ajutată să se dezvolte.

Aceasta presupune din partea profesorului nu numai o pregătire serioasă, aptă să transmită cu claritate cunoștințele legate de specificul

cursului, dar și o atenție mobilă, permițînd dirijarea unor individualități, care se prezintă de fiecare dată cu problematică proprie, ce urmează să fie îndrumată în raport cu cerințele cursului.

Ca ori și care altă disciplină, cursul de „Expresie corporală și improvizație" *se desfășoară în conformitate cu un plan prevăzut dinainte.* Acest plan este astfel conceput, încît să fie în strînsă legătură cu studiul artei actorului, deoarece cum am mai spus, are ca scop să fie o completare a acestuia.

Planul de lucru urmărește o progresiune în însușirea cunoștințelor legate în special de nivelul primilor doi ani.

Acest curs progresiv mergînd de la simplu la complex, *începe cu mișcările cele mai ușoare și cele mai naturale.* Trebuie să ținem seama, că majoritatea studenților vin la curs cu un corp nepregătit. De aceea profesorul trebuie să urmărească mereu, ca exercițiile să fie astfel dozate, încît să permită însușirea treptată a unei deprinderi scenice, care să nu fie forțată, ci să crească armonios.

De la simplele mișcări de deschidere și închidere a brațelor, cu ritmarea adecvată a respirației, pînă la mișcările complexe care acționează tot corpul, *studiul trece prin etape multe și variate, care nu pot fi rigid fixate dinainte;* de fiecare dată trebuie avută în vedere marea diversitate și surprizele pe care le oferă elementul uman.

Pentru a atinge mai repede rezultatul dorit în desfășurarea cerută de curs, trebuie *evitată o monotonie, care* ar risca să obosească și să scadă interesul studenților, care trebuie păstrat mereu viu. Reacția psihologică trebuie să fie menajată. Apoi se cere și o *atentă dirijare a mișcărilor diferitelor grupe de mușchi,* în așa fel încît să se dozeze eforturile pentru obținerea unei armonioase dezvoltări a corpului. Aceasta trebuie foarte variat atacată, în așa fel încît să poată răspunde încetul cu încetul la solicitări tot mai complexe și mai grele.

Este bine ca în general, încă de la început, în sala de curs să se dea posibilitatea unei desfășurări pe cît posibil în condițiile pe care le oferă scena, iar profesorul va propune să se execute exercițiile, ca și cum s-ar desfășura în fața unor privitori.

Este foarte important ca studenții să simtă de la început că se pregătesc pentru o muncă cu caracter artistic, care le cere printr-o stăpînire conștientă a fiecărei mișcări, să ajungă la libertatea de exprimare necesară unui actor, care izbutește să transmită publicului în mod convingător acțiunile lui.

Pentru atingerea acestui scop, cursul de *„Expresie și Improvizație Scenică"* trebuie să ofere de la început studenților *o atmosferă prielnică permițînd acestora o descătușare completă, o eliberare de inhibițiile proprii prezenței profesorului.* Pentru aceasta studenții vor fi convinși, că li se cere o cît mai mare autenticitate și capacitate de a-și dezvolta posibilitățile înnăscute.

E absolut necesar ca studenții să aibă încrederea că felul lor de a fi este de la început înțeles. Aceasta nu înseamnă însă, că în lucrul lor ei se vor desfășura arbitrar, ci vor trebui să înțeleagă că profesorul este o prezență capabilă să înregistreze și să le dirijeze mișcările, pentru a le dezvolta în mod creator toate capacitățile.

Deci pe de o parte, o descătușare aptă să permită o liberă afirmare, și pe de altă parte convingerea că această afirmare nu poate progresa decît prin *acceptarea controlului și dirijării vigilente a profesorului.*

Dacă între studenți și profesor se stabilește acest contact, lucrul va merge bine. Pentru aceasta e nevoie ca profesorul să dea dovadă de o mare suplețe în munca sa. Nu este vorba de o metodă rigidă și nici de o atitudine inflexibilă. *Profesorul trebuie să pătrundă cu suplețe în psihicul individual al fiecărui student,* pentru a cunoaște necesitățile și reacțiile fiecăruia.

Aceleași exerciții de mișcare propuse întregii grupe vor fi urmărite nu numai în raport cu desfășurarea generală a lucrului, dar și cu reacția fiecărui student. Intervenția profesorului va trebui să țină seama pe de o parte de menținerea unei coeziuni a grupei, dar și de diversitatea cu care se manifestă în lucrul lor studenții.

Desigur că intervenția va fi foarte delicată, făcută cu mult tact, pentru a nu întrerupe o atmosferă subliniind o reușită, sau corectînd defectele. *Tonul va fi de obicei scăzut, de multe ori șoptit, dar persuasiv. O exprimare foarte concisă, mergînd direct la subiect fără teoretizări care ar întrerupe desfășurarea lucrului,* este foarte indicată în cursul exercițiului.

În timpul predării trebuie făcută distincția între *exercițiile de bază* care urmăresc progresiv însușirea unor probleme de mișcare tot mai complexe, și mișcările care au ca scop pregătirea corpului pentru lucru propriu-zis *(exerciții de încălzire)* sau acelea menite să-l readucă la o stare de *relaxare.*

Dacă primele vor beneficia de explicații ample și cît mai clare la începutul exercițiului și de o atentă dirijare a lor în cursul desfășurării, celelalte vor ocaziona studentului posibilitatea de a se mișca fără un control deosebit, lucrînd degajat.

Este foarte important, ca studentul să stăpînească perfect mișcările de bază, care îl vor ajuta treptat să se miște mai întîi singur, sau în grup — apoi mînuind obiecte, sau integrîndu-se într-un decor, sau în ritmul unei muzici.

Dirijarea atentă a mișcărilor ocazionate de fiecare exercițiu, dă studentului sentimentul că lucrul lui nu se face la *întîmplare și că de la un curs la altul va dobîndi o mai mare mobilitate și mai multă stăpînire de sine.*

Tot atît de necesare sînt însă și exercițiile avînd un caracter mai mult mecanic, făcute în scopul unei pregătiri a corpului, pentru lucrul propriu-zis, sau a relaxării după un efort. În aceste ocazii, profesorul nu intervine decît pentru a ritma mișcările în vederea scopului urmărit, de încălzire, sau relaxare a trupului.

Fiind vorba de exerciții de educare a corpului, profesorul va urmări o cît mai adecvată realizare fizică, în așa fel încît să corespundă scopului propus, prin acționarea justă a mușchilor.

Este un mijloc pentru profesor nu numai de a lucra trupurile studenților, de a le modela cît mai bine, dar prin *spontaneitatea acestor exerciții profesorul are ocazia să descopere și anumite caracteristici temperamentale.*

În cursul desfășurării exercițiilor de bază, munca profesorului este mult mai complexă. De data aceasta studenții trebuie să-și însușească nu numai o mobilitate și o agilitate foarte studiată din punct de vedere tehnic, dar *aceste mișcări vor trebui să fie integrate într-o motivare de ordin psihic, cîștigînd astfel calități plastice și expresive.* Profesorul va explica la fiecare exercițiu atît acțiunea propriu-zisă a corpului, cît și implicațiile scenice cerute de problema propusă.

În cursul dezvoltării exercițiilor de bază, studenții își vor însuși din ce în ce mai mult capacitatea de a nu răspunde în mod pasiv la anumite indicații, ci de a *dezvolta în ei răspunderea creatoare*, care îi va face apți să-și motiveze modul de a acționa. Pentru aceasta ei vor fi mereu îndemnați să trăiască efectiv temele propuse de exerciții, să și le integreze ca o adevărată experiență de viață și să nu execute niște mișcări, chiar perfecte din punct de vedere formal, dar neanimate.

Pentru a evita mișcările șablon, care nu transmit nimic, studenții trebuiesc învățați să exploateze resursele lor individuale imaginative pentru a evita reducerea mișcărilor prin repetare, la o simplă schemă.

Stimulați să-și părăsească un *eu* care i-ar constringe la o limitare, studenții vor fi apți să se obiectivizeze, adică să intre în siutații noi, pe care trăindu-le cît mai autentic, să le poată exprima de fiecare dată, cu mijloace noi și carateristice. În acest fel fiecare student poate dobîndi încrederea că este capabil să se integreze în teme cît mai variate.

Atitudinea studenților, care din reținere sau comoditate se situează pe poziția că nu pot să facă astfel, pentru că așa sînt ei, va putea fi astfel corectată, sau evitată. E foarte important ca *studenții să aibă sentimentul unei colaborări cu profesorul.* Astfel ei vor putea pe deoparte să se desfășoare în mod liber, și pe de altă parte să accepte cu bunăvoință indicațiile. De asemenea studenții trebuie să aibă sentimentul că fiecare curs reprezintă pentru ei un plus dobîndit, fiind astfel stimulați să lucreze cu convingerea unui progres continuu.

În cursul lucrului, *gruparea studenților variază* fiind făcută *în raport cu tema sau după criteriul de dezvoltare a studenților.*

În executarea și dirijarea exercițiilor profesorul va avea în vedere și *condițiile create de spațiul existent.* În mod obișnuit, studenții trebuie să aibă senzația *că se mișcă în voie într-un spațiu adecvat exercițiului cerut.* Sînt însă și cazuri în care *profesorul limitează în mod intenționat* acest spațiu, pentru a *urmări felul în care reacționează grupa și fiecare student în parte, în această situație.*

Fiecare exercițiu își are timpul lui de execuție.

Exercițiile de încălzire, executate în ritmul tobei, sau al unui pian, vor fi repetate de mai multe ori, în timpi scurți, avînd ca scop o dinamizare a trupului.

Timpul de execuție a exercițiilor de bază este legat de capacitatea fiecărui student de a înțelege și reda, ce i se cere. De aceea el va fi variabil de la o temă la alta și de la un student la altul.

Acțiunile improvizate cerînd o mai activă participare a studenților, vor ocaziona cea mai mare diversitate a timpului de execuție. *Improvizației i se acordă un spațiu important în dezvoltarea cursului, pentru că prin natura ei, este cea mai aptă să permită dezvoltarea capacităților creatoare ale viitorilor actori.*

În felul acesta este stabilită în mod activ legătura între cursul de „Expresie și Improvizație Scenică" și cursul de actorie.

Sînt studenți care improvizează ușor, alții mai greu; profesorul va avea grijă, ca aceste diferențe în expresia spontană a studenților să nu rupă unitatea atmosferei clasei.

De aceea, cînd va propune ca aceeași temă să fie improvizată de fiecare student, el va indica *timpul de gîndire a temei*, lăsînd apoi pe fiecare student să lucreze în raport cu capacitățile sale mai rapide, sau mai lente, de rezolvare. Astfel cei cu o mai mare spontaneitate vor lucra înaintea celorlalți.

Cînd profesorul va propune fiecărui student o temă de improvizație diferită, el va avea grijă să apeleze la *gradul de dezvoltare și la posibilitățile fiecăruia.*

În general timpul de execuție trebuie să fie scurt, pentru a evita oboseala psihică și fizică, stimulînd îndrăzneala și spontaneitatea, și pentru a permite tuturor studenților să poată lucra în cursul aceleiași lecții.

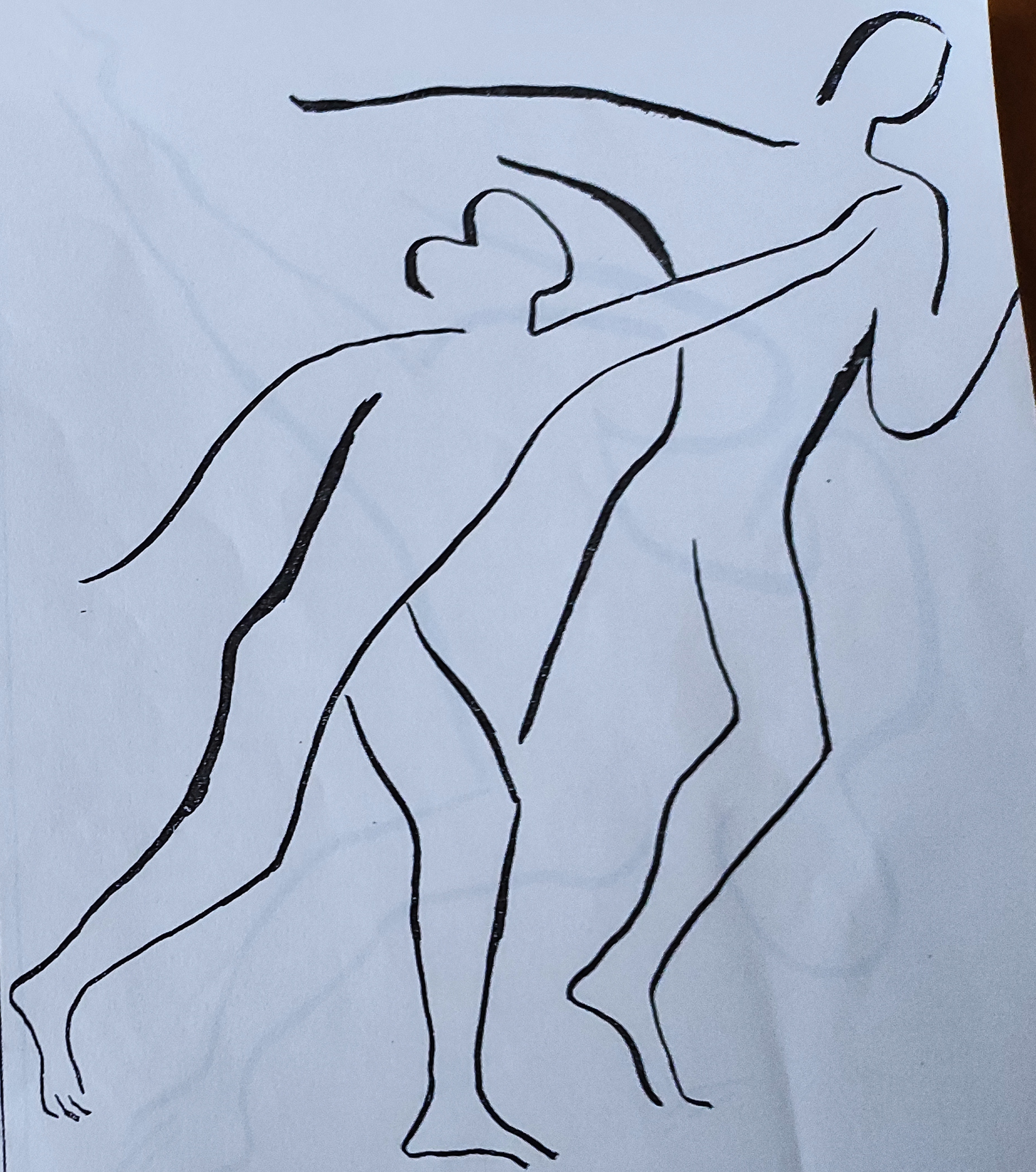
Metode stricte nu se pot propune, atîta vreme cît trebuie avut în vedere calitatea, nivelul și particularitățile studenților.

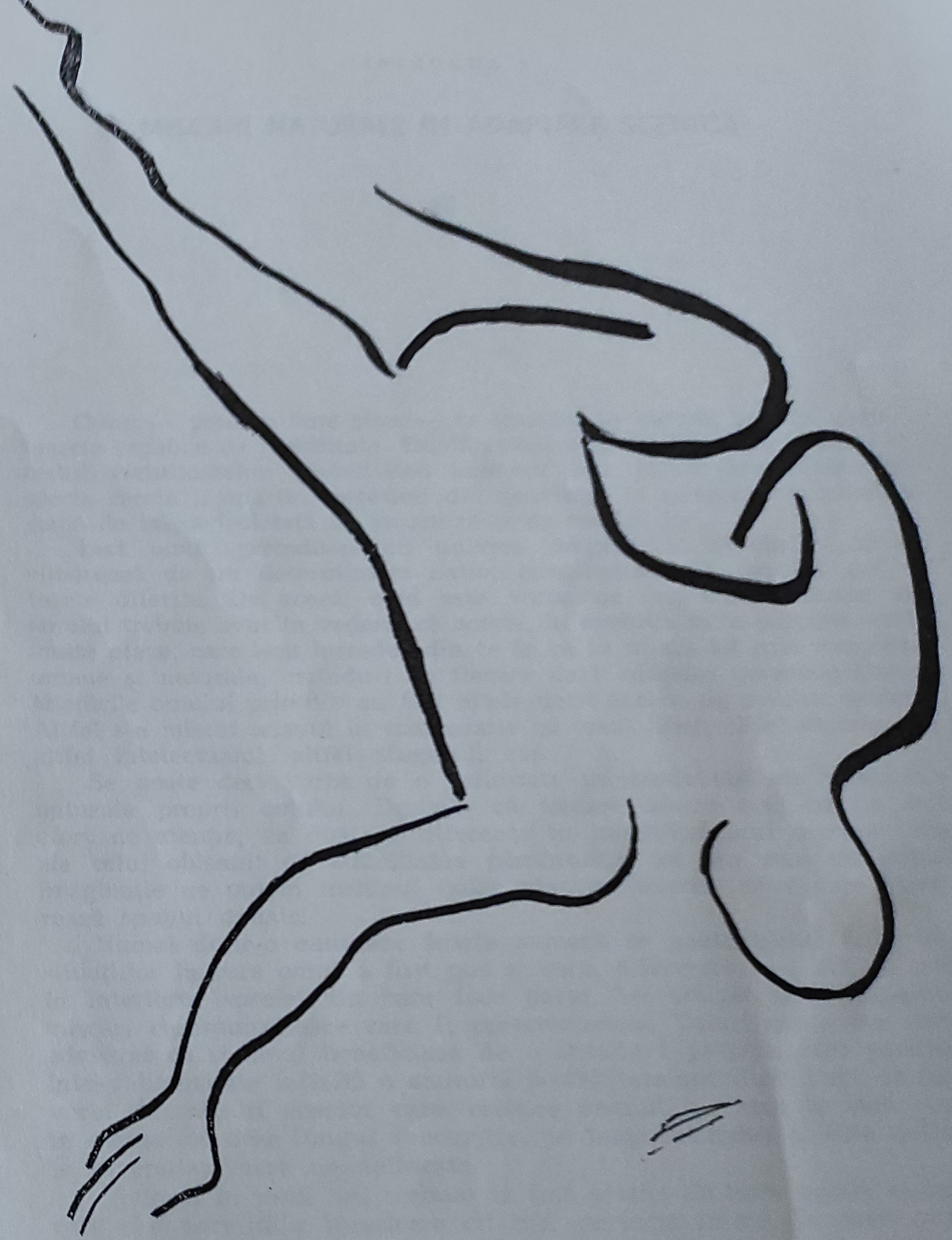
Principiile enunțate sînt în general valabile, și își găsesc o nuanțată aplicare în concretizarea lor.

* STUDIUL EXPRESIEI CORPULUI









MIŞCĂRI NATURALE ÎN ADAPTARE SCENICĂ

*

Omul — precum bine ştim — se situează în natură, printre vieţuitoarele capabile de mobilitate. Există totuşi o mare deosebire între el şi restul vieţuitoarelor. Mobilitatea acestora este strict determinată de specia căreia îi aparţin, repetînd din generaţie în generaţie o anumită gamă de mişcări dictată de structura şi de mediul lor.

Însă omul, creindu-şi un univers propriu, şi mişcările lui se eliberează de un determinism nativ, adaptîndu-se la condiţii noi şi foarte diferite. De aceea, cînd este vorba de mişcările naturale ale omului trebuie avut în vedere, că acesta, în evoluţia sa, a parcurs foarte multe etape, care l-au introdus din ce în ce în relaţii tot mai complexe, umane şi naturale, cerîndu-i de fiecare dată adaptări corespunzătoare. Mişcările omului primitiv au fost altele decît acelea ale omului modern. Altfel s-a mişcat sclavul în comparaţie cu omul liber, altfel războinicul, altfel intelectualul, altfel plugarul, etc.

Se poate deci vorbi de o infinitate de modalităţi ale mişcărilor naturale proprii omului. Desigur că fiecare dintre noi, cu un mic efort de atenţie, va distinge diferenţe în mişcările unui marinar, sau ale celui obişnuit cu stabilitatea pămîntului, tot aşa cum cu puţină imaginaţie ne putem închipui noile adaptări impuse celor care explorează spaţiul cosmic.

Numai dintr-o enunţare foarte sumară se poate bănui infinitatea situaţiilor în care omul a fost pus şi care, diferenţiindu-l atît de mult în interiorul speciei din care face parte, l-a obligat să-şi însuşească mişcări corespunzătoare care îl caracterizează. Totuşi nu e mai puţin adevărat că şi omul beneficiază de o structură proprie, care păstrează într-o diversitate infinită o anumită posibilitate specifică. Deci, se poate vorbi de mişcări absolut caracteristice omului, pe care le vom regăsi în esenţa lor de-a lungul veacurilor, pe toate latitudinile. Este unitatea în diversitate care ne defineşte.

Actorul în jocul lui, trebuie să ţină seama de toate aceste elemente care să-i permită o încadrare cît mai perfectă în rol. În acest studiu, viitorii actori vor trebui să-şi asimileze o vastă experienţă, care să le permită stăpînirea unei game de mişcări cît mai largi. Fiecare student îşi începe iniţierea cu un bagaj propriu de mişcări. Acesta este condiţionat în primul rînd de tinereţea lor, care presupune o expansiune şi o mobilitate proprie vîrstei. Desigur că temperamentul fiecăruia se va

exprima prin mişcări naturale diferite, fie bruşte şi necontrolate, rapide şi agile, fie lente şi reflexive, etc. De asemenea mediul va imprima şi el o anumită comportare, care se va reflecta prin mişcări caracteristice. Tot astfel şi experienţa de viaţă la care au fost supuşi studenţii, ca şi gradul lor de cultură, vor influenţa mişcările lor naturale. Sînt tot atîtea determinante care fac ca munca profesorului să nu fie uşoară ,dacă ţine seama de diferenţele existente în interiorul grupei, şi deci, punctele de plecare fiind diferite, rezultatele care trebuiesc obţinute vor fi condiţionate de specificul iniţial existent.

De obicei studenţii, înflăcăraţi de uşurinţa unei aptitudini sau porniri naturale, nu sînt destul de conştienţi de dificultatea încadrării acestor calităţi, în interiorul disciplinei specifice acţiunii dramatice. Celor mai mulţi li se pare uşor, de la sine înţeles „a juca", pentru că au încă facilitatea proprie copilăriei, de a se transpune în situaţii imaginare. Ei vor trebui să înţeleagă însă că de la însuşirile lor naturale şi pînă la jocul scenic propriu-zis, vor avea de parcurs un drum foarte lung, devenind tot mai conştienţi de diferenţa care există între viaţă şi transpunerea ei pe scenă.

Pentru început, ca o introducere în materie, studenţilor li se va propune executarea mişcărilor cu care, ca să zicem aşa, „au venit de acasă". Deci ei vor evolua în faţa profesorului în grup şi individual, fie într-un mers simplu, în alergare, oprindu-se brusc, căţărîndu-se sau rostogolindu-se, urcînd sau coborînd o scară, etc., etc., demonstrînd astfel aptitudinea lor de a răspunde cît mai adecvat, cu mişcări naturale, unei solicitări simple. Dar problema nu-i chiar aşa de simplă, pentru că unei stîngăcii inerente inhibiţiei celui care se ştie observat, i se adaugă de foarte multe ori şi lipsa mobilităţii capabile să treacă de la o stare la alta.

O altă dificultate pe care studenţii vor trebui să o învingă, este aceea a orientării într-un spaţiu nou, care li se oferă. Desigur, că între felul de a se mişca al studenţilor în cadrul comportării lor sociale obişnuite şi cel prin care răspund la solicitările cursului, sub privirea atentă şi critică a profesorului, există diferenţa dintre manifestarea naturală şi tensiunea inhibată, proprie unui examen.

Odată descătuşaţi, studenţii vor fi apţi să se exprime în mod firesc şi deci să-şi arate capacităţile înnăscute. De la acest punct de exteriorizare degajată se va putea face o distincţie între calităţile şi defectele iniţiale ale fiecărui student. De aici încolo va începe munca grea şi minuţioasă cerută atît studentului cît şi profesorului, de adaptare la spaţiul scenic, care comportă nu numai o încadrare într-o anumită configuraţie spaţială, dar şi pătrunderea caracteristicilor specifice jocului de scenă. Încetul cu încetul studenţii se vor obişnui nu numai să fie stăpîni pe mişcările lor naturale, dar corectîndu-le, şi le vor „adapta" specificului scenei. Ei vor învăţa astfel, că expresia scenică cere o mare economie a mişcărilor, care vor fi strict cîntărite, pentru a putea sublinia cît mai esenţial şi mai elocvent o anumită acţiune dramatică. Astfel, dintr-o varietate de mişcări, cu care se poate exprima aceeaşi acţiune dramatică, ei o vor selecţiona pe cea capabilă să transmită publicului în modul cel mai pregnant, sensul acestei acţiuni.

Se cere deci, ca în cursul studiului, studenţii să procedeze la o atentă prelucrare a mişcărilor naturale, în raport cu cerinţele scenei. Oricine e conştient că există o mare diferenţă între sunetul emis de pian prin apăsarea întîmplătoare a clapelor şi cel emis prin apăsarea îndelung studiată în execuţia unei lucrări muzicale. Tot aşa o mişcare obişnuită îşi găseşte în exprimarea ei scenică o potenţare aptă să o încarce de multiple şi profunde semnificaţii. Desigur că pentru desăvîrşirea mişcărilor specifice teatrului, studenţii vor trebui să dobîndească o siguranţă nu numai în executarea celor mai curente mişcări naturale, dar să-şi lărgească necontenit şi aria experienţelor cu caracter dramatic. Aceasta presupune însuşirea unui bogat repertoriu de mişcări naturale, corespunzătoare celor mai variate situaţii. Numai aşa vor putea răspunde problemelor atît de multiple, pe care le oferă anumite piese de teatru şi care se cer exprimate prin mişcări foarte diferite.

Îmbogăţindu-şi universul propriu prin cunoştinţele dobîndite, studenţii vor căpăta încetul cu încetul deprinderea de a se mişca în spaţiul scenic. Astfel, vor fi apţi să-şi dezvolte naturaleţea la o treaptă superioară, care presupune nu numai păstrarea contactului cu viaţa, dar şi o expresie conştient stăpînită a mişcărilor.

Studiul începe cu mişcările cele mai simple şi frecvente. Se execută următoarele exerciţii :

Înainte	*Justificare*
— Mers, alergare, oprire bruscă	— Un mers liniştit pe stradă, alergare după tramvai şi oprirea bruscă în faţa unei maşini care trece.
— Alergare, mers, oprire lentă.	— Alergare spre locul unei intîlniri, încetinirea mersului şi oprire lentă ; persoana a plecat.
— Mers tiptil, întoarcerea nedumerită, alergare.	— Mers tiptil în întuneric, spaimă şi alergare.
— Mers, alergare, oprire şi aplecare.	— Într-o poiană cu flori.
— Mers în vîrfurile picioarelor în linie dreaptă, pierdere de echilibru, săritură.	— Mers pe un podeţ deasupra apei, pierdere de echilibru, săritură în apă.
Lateral	
— Mers lateral, aplecare şi mers în aplecare, revenire.	— Mers lateral, datorită înghesuielii din tramvai, aplecare şi căutarea biletului pierdut, găsirea lui şi revenire.
— Mers lateral, oprire bruscă.	— Mers furişat de-a lungul unui perete şi urmărirea unei discuţii.
— Mers lateral, oprire lentă.	— Căutarea şi găsirea unui loc la cinematograf, după stingerea luminii.

— Mers lateral, ghemuire bruscă. — Mers lateral pe sub o streașină în timpul ploii și reacția la un trăznet puternic.

— Alergare laterală, pierderea de echilibru, cădere. — Exercițiu de patinaj.

Înapoi

— Mers înapoi, întoarcere, alergare. — Retragerea prudentă datorită unei amenințări. Întoarcere bruscă și alergare.

— Mers înapoi, oprire, întoarcere și continuarea mersului. — Observarea unei vitrine, mers înapoi, oprire pentru a o privi în ansamblu. Întoarcere și plecare.

— Alergare înapoi, întoarcere și continuarea alergării, înainte. — O despărțire în grabă de un prieten întîlnit pe stradă, și alergare spre autobuz.

— Mers și alergare înapoi, cu aplecare. — Apărare de un ciine, aplecare spre a ridica o piatră sau un băț.

— Mers înapoi, pierdere de echilibru, cădere. — Privirea cu admirație a unei mașini, îndepărtare spre înapoi. Împiedicare de caldarîm ; pierderea echilibrului și cădere.

Adaptare scenică în funcție de obiecte

Practicabile, ladă. scară, cuburi, scaune, mese, etc.

Cățărare — rostogolire	*Justificare*
— Mers pe vîrfuri.	— Mers fără zgomot, escaladarea unui pervaz, observare atentă a încăperii și retragere rapidă pentru a nu fi văzut.
— Cățărare pe practicabile, răsucirea capului spre stînga și dreapta, coborîre (retragere) rapidă.	— Cățărare pe un gard, urmărirea cuiva și retragere speriată.
— Cățărare pe practicabil, săritură, rostogolire.	— Cățărare pe un gard. săritură cu o ușoară cădere în rostogolire datorită pierderii de echilibru.
— Săritură, cățărare, săritură.	— Săritură într-un bazin de înot, cățărare pe treptele bazinului și săritură din nou în apă.

— Săritură peste ladă, alergare, cățărare pe un practicabil. — Săritură peste un gard, alergare și refugiu în copac.

— Cățărare pe o scară din funie, mers în echilibru pe bîrnă, și coborîre rapidă prin alunecare pe o frînghie ce coboară oblic. — Un marinar care execută desfacerea pînzelor.

Tîrîre

— Alergare, culcare înainte, tîrîre într-o mînă ținînd un obiect. — Un soldat în timpul luptei.

— Culcare pe spate, tîrîre folosind impulsul picioarelor, ținînd un obiect în mîini. — Un mecanic se vîră sub mașină pentru a o repara.

— Tîrîre laterală, rostogolire, tîrîre, ridicare, alergare și săritură. — Evadare.

— Mers, ghemuire, mers pe genunchi, tîrîre înainte. — Repararea unui canal sau cazan cu aburi (locomotivă).

— Aterizare cu ghemuire, cădere, tîrîre, ridicare și alergare. — Aterizarea pe sol a unui parașutist (pe vînt puternic).

Exerciții cu parteneri și în grup

— Alergare, ciocnire, pierdere de echilibru, mers. — Doi executanți aleargă, venind din direcții opuse ; întîmplător se ciocnesc, își pierd echilibrul, se redresează și merg mai departe.

— Alergare, ocolirea unui obiect, săritură peste un alt obiect, mers. — Ea aleargă în jurul unui copac. El încearcă s-o prindă. Ea sare peste o bancă, el o urmează și merg împreună mai departe.

— Mers, alergare, săritură. — Pe plajă, la mare.

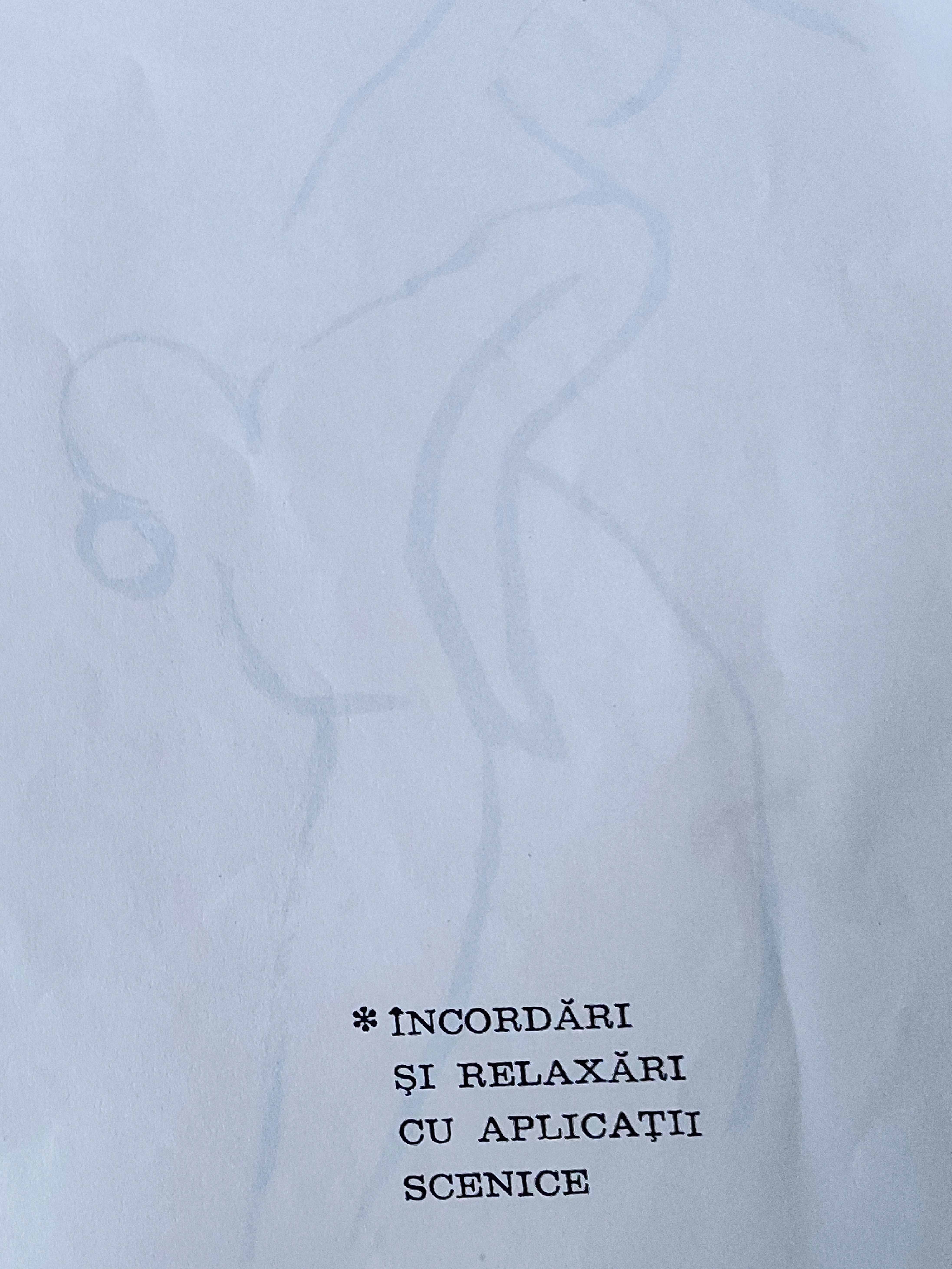
— Săritură de pe un practicabil pe altul, ținînd un obiect (în mînă sau pe spate), mers. — În excursie.

— Mers, oprire ; continuarea mersului sau alergare, întoarceri sau aplecări ; mers.	— Executanţii se pregătesc să traverseze un bulevard. Semnalizatorul indică oprirea, apoi trecerea. E vînt puternic. Unii îşi continuă mersul, alţii aleargă. — Unui executant i-a zburat pălăria, se întoarce, se apleacă, o ridică şi îşi continuă mersul.
— Mers pe scară (trepte), oprire, întoarcere, alergare pe jos.	— Executantul urcă o scară. Un strigăt de jos îl opreşte. Nedumerit, el se întoarce şi aleargă spre cel care l-a chemat.
— Alergare în sus, pe trepte ; aruncarea unui obiect, înainte culcat, coborîre în rostogolire.	— În timpul luptei, executantul aruncă o grenadă ; apoi coboară în rostogolire, pentru a nu fi văzut.
— Urcare pe scară, trăgînd un obiect din lateral ; cădere, tîrîre.	— Executantul urcă pe scară, trăgînd după el un cîine pe care îl ţine de zgardă. Brusc, cîinele aleargă înapoi ; executantul cade, apoi este tras şi tîrît de cîine prin intermediul zgărzii.
— Urcare pe scară în grup, săritură.	— Urcarea la trambulină şi sărituri comice, în grup.
— Urcare rapidă pe scară, tîrîri, aplecări, aruncări.	— Pompieri în exerciţiu.

Indicaţii :

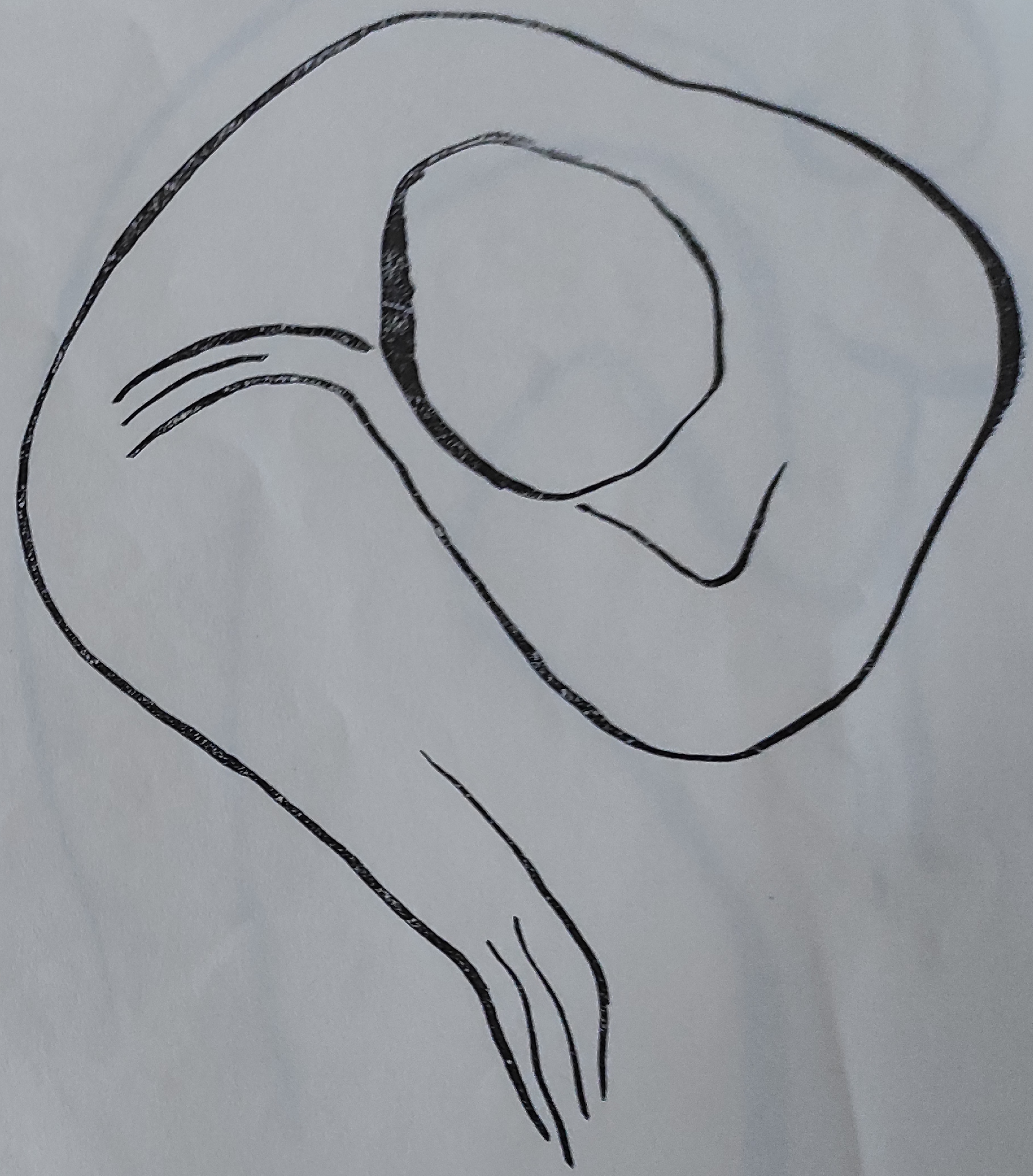
Se va urmări atît o justificare firească a exerciţiilor, cît şi adaptarea lor la spaţiul scenic.

În exerciţiile sus menţionate se va da o atenţie deosebită atît expresivităţii corpului — în funcţie de decor — cît şi de orientare în spaţiul scenic dinainte fixat.

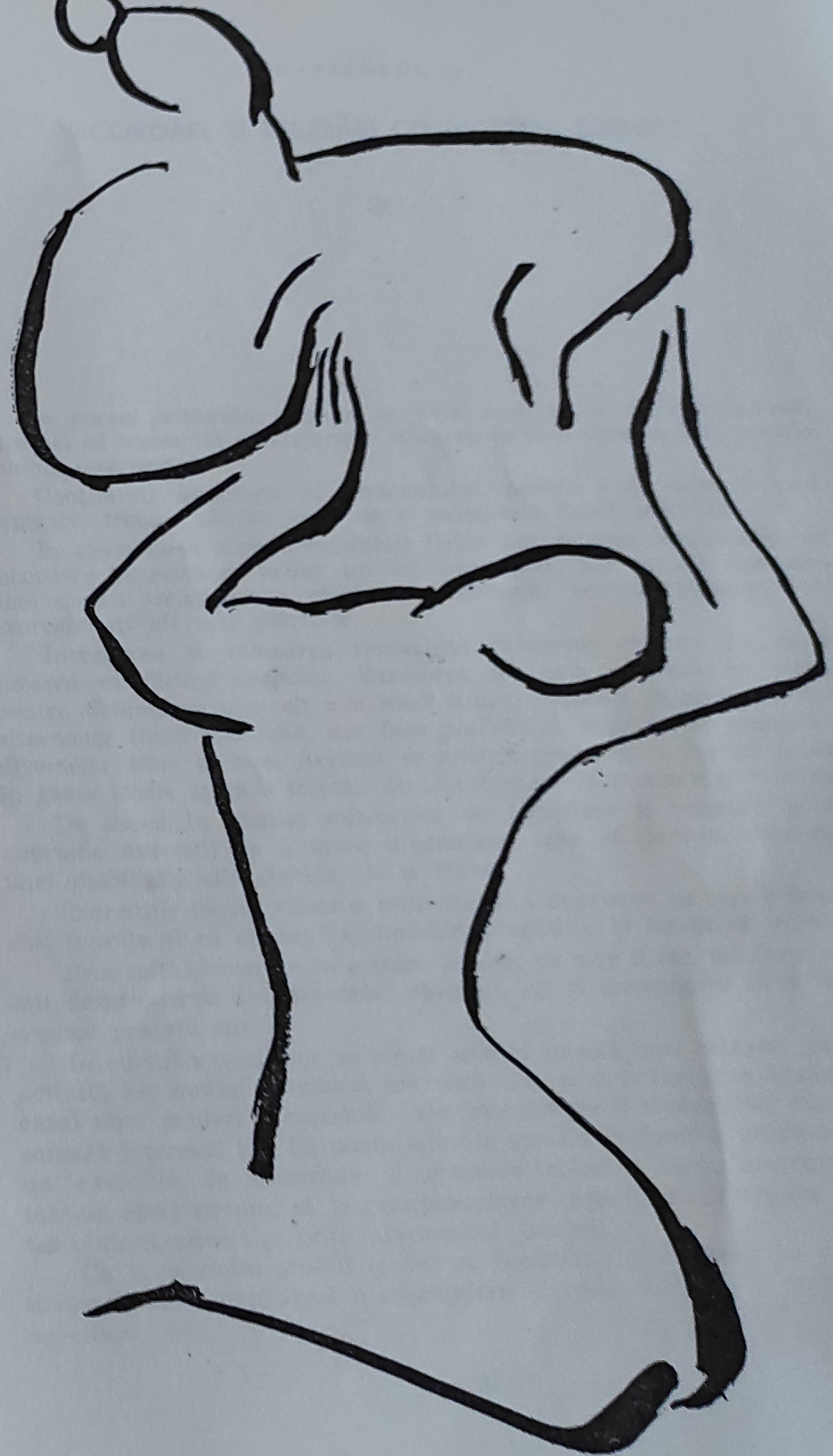


* ÎNCORDĂRI ŞI RELAXĂRI CU APLICAŢII SCENICE









CAPITOLUL II

ÎNCORDĂRI ŞI RELAXĂRI CU APLICAŢII SCENICE

*

În cursul acţiunilor scenice se cere actorilor o mare mobilitate, capabilă să transmită spectatorului trecerea de la o stare la alta, proprie rolului interpretat.

Conţinutul psihologic al personajului, pentru a fi redat în mod expresiv, trebuie să fie slujit de o mobilitate fizică adecvată.

În exercitarea acestei mobilităţi fizice atît de necesare, studiile de încordare şi relaxare ocupă un loc important. Ele permit exersarea unei dozări conştiente a efortului muşchiular pentru obţinerea unei expresivităţi cît mai potrivite.

Încordarea şi relaxarea reprezintă momente extreme în desfăşurarea mişcărilor corpului. Exersarea lor este necesară nu numai pentru dobîndirea unei cît mai mari supleţi capabilă să răspundă unor alternanţe fizice spontane, dar face posibilă şi exprimarea nuanţată a diverselor stări psihice. Aceasta se exteriorizează prin mişcări incluse în gama foarte largă a trecerii de la încordare la relaxare şi viceversa.

De aceea în studiul mişcărilor de încordare şi relaxare se vor cuprinde exerciţii de o mare diversitate, apte să permită dobîndirea unei mobilităţi atît psihice cît şi fizice.

Exerciţiile de încordare şi relaxare prin degajarea pe care o propun, sînt folosite şi ca element stimulator, pregătitor la începutul lecţiei.

Prin saltul brusc de la o stare la alta, pe care il cer, ele favorizează atît desprinderea din contextul obişnuit, cît şi acomodarea cu situaţiile scenice propriu-zise.

În cursul exerciţiilor se simte uneori nevoia unei relaxări, care să permită nu numai o odihnă necesară dar şi o întrerupere salutară în cazul unei scăderi a capacităţii de concentrare a studenţilor, care micşorează interesul lor. Se poate stimula atenţia studenţilor propunîndu-le un exerciţiu de încordare şi relaxare colectiv, care, concentrîndu-i într-un efort comun, să le reîmprospăteze capacitatea de acţiune (rezultat obţinut uneori şi prin intermediul jocului).

Ca şi celelalte studii şi cel al încordării şi relaxării va parcurge diverse etape, permiţînd o cuprindere cît mai completă a problemelor specifice.

Încordarea și relaxarea fiind mișcări corelate, se presupun reciproc. În cursul exercițiilor studenții se vor deprinde să execute cît mai satisfăcător, atît momentele de încordare și relaxare propriu-zise, cît și trecerile de la o stare la alta. Desigur că nu se poate stabili o normă fixă în executarea acestor exerciții. Ele sînt condiționate atît de tema, care motivează încordarea și relaxarea, cît și de nivelul de pregătire al fiecărui student, precum și de condițiile de moment dictate de reacția întregului grup.

Trebuie ținut seama de faptul că atît încordarea cît și relaxarea, pun în mișcare diferite grupuri de mușchi, care trebuiesc dirijați în mod conștient, pentru a se putea obține efectul scontat, și pentru a se putea reproduce mecanismul mișcării ori de cîte ori va fi nevoie. Se întîmplă adesea ca în cursul exercițiilor, studenții să obțină rezultate foarte bune, de care însă nefiind perfect conștienți, să nu le stăpînească, și deci să nu le poată reproduce la o nouă solicitare.

De la un studiu pur fizic, permițînd o justă evaluare a interacțiunii mușchilor solicitați, se trece la o motivare psihică.

Această cuprindere complexă a problemelor ivite în cursul studiului de încordare și relaxare, permite o gamă infinită de exerciții.

Cele mai variate stări psihice, ca : spaima. ura, etc. exprimate prin mișcări de încordare, presupunînd fiecare aparent o tensiune fizică înrudită, impun totuși soluționări expresive variate.

De asemenea, relaxarea fie că este cauzată de satisfacție, de oboseală, de agenți fizici externi, cum ar fi căldura, etc. fie că e o urmare necesară unei încordări extreme, își va găsi de fiecare dată o expresie proprie foarte nuanțat diferențiată.

În exercițiile în care încordarea și relaxarea se succed ca o consecință necesară, trebuie avută în vedere o dozare care să nu știrbească efectul global al expresiei, dictată de tema indicată.

În aceste exerciții se pot folosi și obiecte pentru o mai completă stăpînire a mijloacelor de exprimare. Acestea vor deprinde pe studenți să-și adapteze mișcările, în raport cu forma, volumul, greutatea, sau semnificația atribuită obiectului.

Este necesar ca în cursul studiului să se parcurgă o gamă cît mai largă de mișcări de încordare și relaxare, de la dezarticulările fluide pînă la căderile bruște.

Ritmul este una din coordonatele vieții, acesta se manifestă prin încordări și relaxări succesive, fie că este vorba de ritmul respirației, al zilei și al nopții, al primăverii alternînd cu relaxarea toamnei, furtuna căreia îi urmează seninul albastru, sau încordarea animalului după îndestulare, sau într-o ultimă accepție, viața și moartea. Acestea sînt tot atîtea ritmări, pe care natura ni le impune, și în care ne integrăm conștient sau nu.

Viitorul actor, pentru a-și desăvîrși arta sa, va parcurge etapele inițierilor cu caracter tehnic, dar nu va pierde niciodată din vedere că acestea își vor găsi o deplină justificare dacă sînt integrate și motivate de imperativul dictat de legile profunde ale vieții.

Exerciții de încordare

1. **Cap**

Mișcări de întindere	*Justificare*
— în sus	— ținută corectă
— lateral	— un pahar cu apă în echilibru pe cap
— înainte	— privire în depărtare
— înapoi	— spaimă
— cu întoarceri	— urmărit de cineva
Capul în aplecare	
— înainte	— salut
— înapoi	— e cald
— lateral	— îndoială
Mișcări circulare	
— în jurul axului	— dezmorțire
— mici cercuri înainte	— la pîndă
— mici cercuri laterale	— gulerul e strîmt
— mici cercuri cu capul dus la spate	— urmărind un avion pe cer.

Indicații :

Aceste exerciții se pot executa cu trunchiul îndoit înainte, lateral, înapoi și în deplasare.

La exercițiile libere, mișcările capului sînt strîns legate de mișcările celorlalte părți ale corpului, ajutîndu-se reciproc.

Este suficientă o mică întoarcere sau aplecare a capului, și expresia se schimbă, justificarea căpătînd un alt sens.

Totul se îmbină în mișcare ; se stabilește o legătură directă între expresia capului și cea a mîinilor, a brațelor sau a corpului.

Uneori, capul participă la mișcarea trunchiului sau a membrelor. Alteori, rămîne în nemișcare și inexpresivitate totală.

2. **Brațe**

	Justificare
— Se balansează brațele înainte și înapoi.	— canotaj.
— Se balansează brațele în sus și în jos.	— scuturatul sau aruncarea unui obiect.

— Se balansează brațele prin lateral în sus și în jos. — o pasăre încearcă să zboare.

Indicații :

Brațele se pot mișca și în direcții opuse, cu întoarceri.
În exercițiul de balansare brațele sînt aruncate din elan.

Rotări :

— Se execută rotări de brațe (cercuri) în afară și înăuntru, în plan frontal.

— Idem în plan lateral.

Indicații :

Se execută în ritm lent, sau accelerat.
Se execută cu un braț sau cu ambele.
Mișcarea se repetă pînă cînd justifică acțiunea.
Se pot executa mișcări asimetrice ale brațelor cînd, de exemplu, un braț execută rotări înainte, iar brațul celălalt, lateral.

Îndoiri și întinderi	*Justificare*
— mîini pe șold, coatele spre lateral, ușor înapoi sau înainte. Se întinde un braț sau ambele înainte, lateral sau sus. Revenire.	— două cumetre stau de vorbă.
— mîini la ceafă, brațele se întind în sus. Revenire.	— după somn.
— mîinile la piept, brațele se întind lateral. Revenire.	— gimnastică de înviorare.
— mîini la umăr cu coatele lîngă corp, rotări din coate înainte și înapoi. Ridicarea coatelor în sus și în jos.	— un cocoș care dă din aripi.

Indicații :

Se execută rotări în aceeași direcție sau în sens opus, lent sau accelerat.

3. Umeri

Se execută din diferite poziții.
Stînd, brațele întinse pe lîngă corp.

	Justificare.
— umărul e ridicat și coborît.	— frig, nepăsare.
— umărul e dus înainte.	— haina este incomodă.
— umărul e dus înapoi.	

Indicații :

Se execută cu ambii umeri simultan, în aceeași direcție și alternativ.
Se execută cu antrenarea brațelor întinse sau îndoite.
Se execută cu antrenarea trunchiului.

	Justificare
— Rotări de umăr înainte și înapoi.	— mers pe schiuri.

4. Mîini

	Justificare
— Fiecare deget (rînd pe rînd) execută o mișcare de atingere a degetului mare.	— se numără cu ajutorul degetelor și se încurcă.

Indicații :

Se poate începe cu degetul arătător sau cel mic.

	Justificare
— Se apropie degetele și se îndepărtează cu deschiderea palmei.	— exerciții de încălzire a mîinii, la pian, sport, etc.

Indicații :

Se execută într-un ritm egal și accelerat.

	Justificare
— Se îndoaie degetele (rînd pe rînd) în pumn. Mișcarea începe cu degetul mic spre interior.	— cîntat la vioară.
— Se deschide pumnul începînd cu degetul mare, deschizînd palma.	— exerciții de mînă pentru pian.

Depărtarea și apropierea degetelor	*Justificare*
— Degetele fiind întinse se îndepărtează și se apropie (rînd pe rînd) mult unul de celălalt.	— încercarea mănușii.
— Degetele întinse se apropie două cîte două, sau trei — unul de celălalt.	— exerciții pentru jonglare.

Indicații :

Se poate începe cu degetul mic sau cu cel mare.
Se execută încordînd și relaxînd ușor degetele.

	Justificare
— Degetele se închid în pumn și se deschid.	— exerciții de apucare.

Indicații :

Se execută cu schimbări de ritm și intensitate.

	Justificare
— Se execută rotări din mînă spre înăuntru și în afară.	— se ia încet un obiect care se ascunde în buzunar.
— Se execută o rotare din pumn în afară cu aducerea unui sau a mai multor degete înainte (se numără).	— se ia un obiect care se aruncă.

Indicații :

Exercițiile de rotări din mîini se pot executa cu accente și ritmuri diferite, dînd mereu alt sens mișcării.

	Justificare
— Mîna execută mici zvîcniri și fluturări.	— mișcările sugerează pasărea zburînd liniștit, planînd sau fiind rănită.

Indicații :

Mîna execută mici zvîcniri și fluturări în orice direcție, cu mișcări de brațe paralele sau inegale cu încordare sau cu relaxare.

5. **Picioare**

Stînd cu fața la bară, sprijin cu ambele mîini pe bară.

	Justificare
— Cu ridicare pe vîrfuri, trecerea greutății corpului pe piciorul stîng cu îndoire, apoi pe dreptul (fandări laterale).	— instabilitate pe vapor.

Indicații :

Acest exercițiu se poate executa cu încordare sau cu relaxare.
Stînd lateral față de bară, brațul drept sprijinit.

	Justificare
— Balansarea piciorului stîng înainte și înapoi, întins și îndoit.	— lovirea mingii.

Stînd cu fața la bară, sprijin cu o mînă sau ambele mîini pe bară.

	Justificare
— Urcare pe bară, cu sprijinirea unui genunchi sau a unui picior.	— urcare pe un practicabil.

6. **Trunchi**

	Justificare
— Extensie prin împingerea pieptului înainte în încordare, revenire bruscă într-o relaxare cu spatele rotunjit.	— o atenție încordată urmată de o relaxare psihică.
— Rotunjirea spatelui în încordare cu revenire.	— împingerea unui obiect spre înapoi.
— Ducerea bruscă a bazinului înainte cu încordare, și revenire.	— ferire de o lovitură.

Indicații :

Se execută într-un ritm individual, acceptat de fiecare executant.

Exerciții de împingere — cu obiect imaginar.

— Stînd cu picioarele depărtate, se execută o împingere cu brațul drept apoi cu stîngul (sau simultan cu ambele brațe) în jos, în lateral și înapoi.

Indicații :

Mișcarea se execută cu participarea întregului corp, cu încordare, lent sau brusc.

Aceste exerciții se pot realiza și cu relaxare, schimbînd caracterul mișcării.

— Stînd pe un genunchi în ghemuire (într-o ladă imaginară), printr-o împingeree în sus cu capul, se deschide ușor capacul. Capacul revine încet, odată cu aplecarea capului.

— Printr-o ridicare încordată a corpului, cu spatele rotunjit, se încearcă din nou printr-o mișcare forțată deschiderea capacului imaginar. Se revine.

— Se încearcă și cu ajutorul brațelor, cu palmele la nivelul umerilor, deschiderea capacului. Capacul se mișcă greu, cu poticniri, pînă la deschiderea lui completă.

Indicații :

Se cere o dozare a efortului.

Executantul trebuie să simtă în tot corpul pînă în vîrful picioarelor, tensiunea-încordarea.

Impingeri cu obiecte reale

Executanții sînt răspîndiți în sală.

— Executanții împing toate obiectele mobile în mijlocul sălii.

— Executanții se urcă pe aceste obiecte și pe loc realizează o încordare urmată de o relaxare a umerilor și brațelor, sau oricare parte indicată a corpului.

— La comandă se împing obiectele la loc (întrebuințînd încordarea necesară efortului).

Indicații :

Împingereea se execută numai din umeri.
La cerere, executanții se împing din umăr și se trag cu ajutorul miinilor.
Mișcările se execută nesimulat, cu efortul normal.
Se poate indica retragerea afară din sală sau urcarea din nou pe obiecte.

Ridicări și coborîri de obiecte

— Se ridică și se transportă un obiect greu peste obstacole (un geamantan). Se coboară geamantanul de pe scară cu frînghie.

— Se ridică și se transportă un lighean plin cu apă, peste obstacole. Se lasă ligheanul plin sau gol, în jos de pe scară cu frînghia.

— Mai mulți executanți transportă un dulap greu peste obstacole (sau urcă pe o scară). Se coboară dulapul de la înălțime (balcon), cu frînghia.

Indicații :

Se repetă exercițiile de mai sus, fără partener și obiecte cu memorizarea mișcărilor anterioare.
La realizarea exercițiilor de mai sus, trebuie să conlucreze atît spontaneitatea, spiritul de observație, memorizarea acțiunii cît și dozarea justă a efortului fizic.

Aruncări și prinderi

Executanții sînt răspîndiți prin sală, pe diferite obiecte (obstacole).

a) Se prind și se aruncă obiecte de greutăți și forme diferite cu întoarceri și aplecări, în același timp se numără sau se cîntă.

b) Ei pun obiectele la loc, cîntînd într-un ritm accelerat.

c) Cîntecul se continuă în șoaptă și — printr-o ghemuire — executanții se așează, apoi se culcă pe spate. Cîntecul încetează.

Indicații :

Exercițiul se poate executa într-un ritm accelerat, cîntîndu-se în șoaptă. După întreruperea acțiunii : așezare, apoi culcare pe spate, se continuă cîntecul cu voce tare.
Aceste exerciții îi obișnuiesc pe executanți să-și coordoneze acțiunile fizice de încordare și relaxare cu vorbirea, acordînd o importanță deosebită dozării efortului în raport cu exprimarea cuvintelor, în vederea păstrării calității dicțiunii și a evitării oboselii.

Exerciții pregătitoare pentru căderi

Stînd cu brațele întinse în sus, corpul încordat, executantul se va relaxa succesiv de sus în jos, în următoarea ordine :

— miini,

— antebrațe

— brațe

— cap și git

— umeri și spate

— mijloc

— genunchi (în ghemuire)

Revenire în poziția stînd.

Indicații :

După fiecare relaxare, se poate reveni la o întindere în sus.
În aplecare, trebuie să se simtă fiecare vertebră în parte.

A. Cădere din genunchi

De pe genunchi cu corpul în extensie, cădere înainte cu trecere prin sprijin pe miini, relaxare totală cu corpul întins.

Inainte

— Șezînd pe călcîie, corpul aplecat înainte.

Corpul se ridică într-o extensie cu încordare, și printr-o răsucire, cu o întoarcere de 180° cade înainte cu întinderea picioarelor.

Lateral

— Corpul se îndreaptă cu o încordare maximă în ușoară extensie, de unde urmează căderea laterală pe coapsă, pe umăr, cu alunecarea brațului în prelungirea corpului, cu o relaxare totală.

Inapoi

— Stînd pe genunchi, cu o extensie în încordare, trunchiul se răsucește, cu o întoarcere de 180°, corpul cade pe șold, cu trecere pe spate într-o cădere totală cu picioarele întinse.

a) Relaxarea treptată a corpului de sus în jos, pînă la căderea pe genunchi sau pe o coapsă.

b) Relaxarea totală a corpului de jos în sus, pînă la căderea totală.

c) Relaxarea totală a corpului din mijloc, pînă la relaxare totală în cădere în ghemuit.

Indicații :

Aceste exerciții de încordări și relaxări se pot executa din mers, sau din alergare, cu încordări parțiale sau totale.

Exemple :	*Justificare*
— Mers liber în spațiu, oprire cu corpul încordat. Se continuă mersul într-o relaxare lentă (de sus în jos) cu o întoarcere bruscă, corpul încordat cade pe o coapsă.	— din mers, executantul primește o lovitură din față, corpul se îndoaie înainte cu o încordare, urmată de o relaxare din umeri și spate. Printr-o întoarcere în direcția opusă mersului, corpul încordat cade.
— Mers tiptil, oprire pe vîrfuri, o încordare cu antrenarea brațelor (o lovitură). Brațele cad relaxate lîngă corp cu îndoirea genunchilor, privirea se îndreaptă spre locul de unde a venit lovitura. Cu spatele drept, corpul se lasă din ce în ce mai jos, se execută o cădere bruscă înainte, în relaxare.	— executantul este urmărit, primește o lovitură, corpul se încordează, privirea este îndreptată spre locul de unde este atacat. Printr-o lăsare lentă în jos cu spatele încordat, corpul cade brusc înainte, relaxat.
— Alergare, oprire cu corpul încordat, mers cu relaxare din mijloc, cădere.	— din alergare, executantul primește o lovitură din față : încearcă să meargă mai departe. Corpul se îndoaie înainte, urmat de relaxarea mijlocului, apoi se prăbușește la pămînt.

2 *Cădere prin pierdere de echilibru*

Înainte

— Corpul încordat se înclină înainte pînă la pierderea echilibrului ; în acest moment se execută o fandare înainte, cu trunchiul susținut sau relaxat pe piciorul fandat, de unde — printr-o răsucire a genunchiului înăuntru — se execută o cădere înainte pe coapsă și pe latura dreaptă, cu întinderea brațului, în totală relaxare.

Indicații :

Corpul cade încordat sau relaxat, cu brațele libere lăsate peste piciorul fandat. Corpul cade încordat sau relaxat, cu brațele libere, în direcția inversă căderii. În încordare se poate executa o ridicare pe vîrfuri.

Lateral

— La căderea laterală din fandare laterală, se va folosi aceeași tehnică ca și la căderea înainte prin pierdere de echilibru.

Inapoi

— Stînd, corpul se înclină încordat spre înapoi.
În momentul pierderii echilibrului, se execută o fandare înapoi, corpul se îndoaie înainte cu ghemuire pînă în poziția șezînd, de unde urmează o cădere cu corpul relaxat.

3 - *Căderi pe scaune, practicabile, scară*

a - *Cădere de pe scaun*

— Înainte
— Lateral
— Înapoi

Inainte

— Șezînd pe scaun, salteaua în fața scaunului. Corpul se relaxează succesiv, înainte, de sus în jos, cu îndoire înainte pînă la desprinderea de pe scaun ; corpul se ghemuiește și — cu o răsucire a genunchilor — cade înainte pe o latură, cu relaxare.

Lateral

— Șezînd cu umărul drept spre saltea, piciorul drept îndoit, stîngul întins înainte pe podea. Cu relaxarea de sus în jos, corpul alunecă în lateral spre dreapta de pe scaun, cu brațul drept atîrnat ; corpul se ghemuiește cu piciorul stîng întins, cu ușor sprijin pe brațul drept. Întoarcerea spre dreapta în cădere pe șoldul stîng, cu întinderea brațului stîng în relaxare sau în încordare.

Inapoi

— Șezînd în lateral pe scaun, cu spatele la două saltele suprapuse (scaunul cu spetează spre stînga). Mîinile prind scaunul din lateral pe aceeași linie. Alunecarea șezutei înapoi de pe scaun, cu înclinarea scaunului spre înapoi — trunchiul se apleacă mult înainte. Se execută căderea pe spate, pe șezută cu rulare înapoi ; picioarele trec printre brațe cu ridicarea în picioare, mîinile țin scaunul în sus.

Indicații :

Se execută relaxări cu corpul în cădere sau în sprijin pe diferite practicabile (cuburi, bară, ladă, masă, etc.).

b *Căderi de pe practicabile*

Inainte

— Stînd la marginea practicabilului (ladă) cu fața spre saltea. Pierderea mare de echilibru cu corpul încordat ; în ultimul moment se duce piciorul drept îndoit înainte (pentru a susține corpul în cădere). Cădere pe șoldul drept, cu mîinile în alunecare înainte, cu corpul relaxat, sau încordat.

Indicații :

Nu se sare de pe practicabil.
Corpul își pierde cît mai lent echilibrul, aproape pînă la orizontală.
Căderea nu se face pe abdomen.

Lateral

— Stînd aproape pe marginea practicabilului (ladă) cu umărul stîng spre saltea. Pierdere mare de echilibru cu corpul încordat, urmată de o întoarcere înainte, trunchiul cade pe șoldul drept ; mîinile alunecă în prelungire.

Indicații :

Se execută o jumătate de întoarcere în aer.

c *Căderi și alunecări pe trepte (scară)*

Înainte

— Fugă în sus, pe trepte (cu spatele spre sală) ; se execută o încordare a corpului, urmată de o relaxare succesivă cu o ușoară întoarcere cu fața spre sală.
Cădere în genunchi pe coapsă și șold în alunecare, pe mîini (cu fața în jos, capul spre sală) într-o cădere pe trepte, în relaxare.

Indicații :

Relaxarea corpului poate fi parțială sau totală, fie de sus în jos, fie de jos în sus din centru.
Căderea în genunchi se execută în ultimul moment, cînd corpul a ajuns cît mai jos în relaxare, pentru a-l feri de lovituri.

Lateral

— Săritură în sus pe trepte urmată de încordarea corpului prin extensie. Răsucirea corpului spre dreapta cu relaxarea corpului din mijloc — alunecare pe șoldul stîng al corpului — susținut de mîini — pe trepte, în jos.

Indicații :

La această răsucire, picioarele trebuie să aibă o stabilitate mare pentru susținerea trunchiului. Alunecarea se face prin reacția corpului, și nu prin tîrîre.

Pe spate

— Retragere în urcare cu spatele spre trepte, urmată de o încordare bruscă din corp. Relaxare succesivă din corp (de jos în sus) cu privirea înainte — răsucire bruscă. Căderea corpului înapoi cu răsucire (cu capul în jos), în alunecare pe spate.

Indicații :

Acest exercițiu se poate realiza într-un ritm foarte lent sau accelerat, sau cu variații de ritmuri și accente. Se antrenează de asemenea și mîinile.

d *Cădere cu rostogoliri pe trepte (scară)*
(Din treaptă în treaptă)

— Se execută o săritură de pe ladă pe scară, urmată de încordarea succesivă a corpului cu o cădere bruscă (aproape paralel cu treapta). Rostogolirea corpului (lateral, lent, din treaptă în treaptă). Căderea se oprește într-o totală relaxare, pe scară sau jos.

Indicații :

În căderea cu rostogolire laterală corpul este ferit prin pornirea înainte, fie a picioarelor cu bazinul, fie a mîinilor cu spatele și pieptul. În acest fel se amortizează căderea, iar articulațiile sînt ferite de lovituri.

e *Cădere cu tîrîri și rostogoliri pe trepte (scară)*

— Tîrîre pe scară în sus, cu o ușoară încercare de ridicare. Se execută în încordarea bruscă a corpului, în cădere. Rostogolirea trunchiului, picioarele rămîn pe loc. Relaxarea trunchiului și a brațelor în atîrnare în gol ; picioarele și bazinul rămîn pe trepte.

Scara e plasată în stînga sălii, cu treptele spre fund.

— Tîrîre pe scară în sus, ridicare, încercare de săritură ; încordare. Prin pierderea echilibrului, cădere jos înainte pe șold, urmată de o tîrîre înainte. Se execută o încercare de ridicare după care corpul cade relaxat sau încordat.

Indicații :

Toate exercițiile analizate mai sus se execută sub autocontrol foarte atent.
Nu este permisă o aruncare sau o cădere necontrolată, aceasta putînd duce la repercursiuni neplăcute.
În aceste exerciții, executantul sugerează prin încordarea capului — lovitura pe care a primit-o.

3 – Elemente simple de rezistență și atac cu partener, obiecte și în grup

a) *Îndoire și întindere*

Se execută :
— Îndoirea sau întinderea mîinii, a brațului, a trunchiului sau a piciorului de unul sau doi parteneri.

— Imobilizarea brațelor prin împreunarea lor la spate sau eventual chiar legarea lor.

— Îndoirea corpului partenerului din trunchi înainte, lateral sau înapoi, forțîndu-se cu mîinile, umerii, răsturnîndu-l pe o masă, scaun sau podea.

b) *Tragere și împingere*

Se execută :

— Tragerea de o mînă sau de ambele mîini ale partenerului și scoaterea lui dintr-un spațiu dat.

— Tragerea din spate a partenerului, ținîndu-l cu ambele mîini de mijloc.

— Tragerea de un picior (sau de ambele) a partenerului, forțîndu-l să cadă.

— Tragerea unui baston, cerc sau frînghii de ambele capete ; se dă drumul printr-o mișcare neașteptată și adversarii cad.

— Împingerea partenerului cu mîinile, încît să ajungă într-un loc fixat dinainte.

— Împingerea partenerului cu umărul, pentru a-l scoate din raza acțiunii.

— Împingerea partenerului cu spatele, umerii și mîinile, dacă dorim o mișcare mai agitată.

c) *Luptă pentru un obiect*

— Executantul nr. 1 ține în mînă un obiect mic. Executantul nr. 2 încearcă să-i ia acest obiect.

Indicații :

Se execută pe loc, în urmărire printre și peste obstacole, folosind elemente acrobatice.

Se pot întrebuința ca obstacole : scaune, mese etc. răsturnate cu mîna sau cu piciorul.

d) *Luptă pe obstacole*

— Executantul nr. 1 fuge pe o bîrnă, urmărit de executantul nr. 2. Nr. 1 sare pe o ladă de unde este împins jos, după o luptă scurtă cu nr. 2. Executantul nr. 1 îl atacă pe executantul nr. 2 trăgîndu-l de picioare, împingîndu-l și căzînd împreună jos, printr-o rostogolire.

e) *Luptă pe scară fixă*

Cățărări și coborîri pe frînghie

— Mai mulți executanți în urcare pe scară și frînghii sînt urmăriți de alții. În dorința de a-i alunga pe adversari, se ajunge la o luptă, unde unii îi trag și alții îi împing pe ceilalți ; aceștia cad jos, revin și lupta continuă pînă cînd învinșii sînt imobilizați, sau unii dintre ei scapă din prinsoare și fug speriați.

f) *Luptă printre obiecte și obstacole*

Obstacolele (practicabile — cuburi — scări, etc.) sînt împrăștiate, ocupînd toată scena.

Executanții împărțiți în două echipe, își aleg armele cu care pot lupta (frînghii, mingi, bastoane).

Indicații :

Stilul și procedeul de luptă este liber.
Se intră în același timp din diferite puncte.
Se stabilește în prealabil cine cu cine se luptă.
Cîștigă echipa care are mai mulți adversari doborîți sau imobilizați.

g) *Luptă cu revolverul*

Executantul nr. 1 sare prin fereastră în camera executantului nr. 2 și îl amenință cu revolverul îndreptat spre el. Executantul nr. 2 în semn de predare, își ridică ambele brațe în sus ; în același timp, cu piciorul lovește și aruncă revolverul din mîna atacantului. Începe o luptă liberă corp la corp, cu intenția de a lua obiectul căzut. Nr. 2 ajunge în posesia revolverului și îl urmărește pe nr. 1 care sare prin fereastră.

Dezarmarea poate fi executată și de o a treia persoană, care îl atacă pe nr. 1 prin surprindere din spate.

h) *Luptă fără motiv*

Executantul nr. 1 aleargă după cineva. În grabă, trecînd pe lîngă executantul nr. 2, îl atinge cu umărul ; se iscă o ceartă între ei, o palmă, alta... nr. 2 prinde mîna numărului 1 și o răsucește spre înafară. Nr. 1 cade în genunchi, de unde atacă, ridicîndu-l pe nr. 2 în spate, iar acesta — după executarea unui salt înapoi — aterizează cu o cădere pe sol. Urmează o redresare a amîndorura, pîndă și iar atac. Executantul nr. 1, îl lovește pe nr. 2 din fugă cu capul în abdomen. Acesta apucîndu-l cu ambele brațe de talie îl ridică aruncîndu-l peste umăr înapoi. Amîndoi se rostogolesc înainte în direcții opuse. În ridicarea lor în picioare, se găsesc față în față cu cîte un alt adversar. Lupta continuă după modelul dat mai sus. În acest fel exercițiul se repetă de cîteva ori intrînd în scenă alți adversari.

Acrobația scenică

Odată cu ieșirea din vîrsta copilăriei, majoritatea oamenilor părăsesc, fără să-și dea seama, mișcările și gesturile libere, suple, îndrăznețe, care le permiteau o desfășurare neașteptată și spontană.

Dacă în îndeletnicirile lor obișnuite cei mari se pot lipsi foarte adesea de această calitate, în teatru, actorul este uneori obligat să facă

față unor situații care cer mai mult decît o mișcare obișnuită. Sînt situații în care suplețea lui fizică este pusă la încercare și pentru a răspunde cu succes în asemenea cazuri, el trebuie să și-o exerseze din timp. De aceea, acrobatica își are locul său bine stabilit în cadrul studiilor de mișcare scenică, cu scopul de a-l pregăti pe viitorul actor să fie stăpîn pe corpul său, dîndu-i o maximă flexibilitate și agilitate.

În trecut acrobatica juca un mare rol în spectacolele medievale, cînd histrionii cu demonstrațiile lor pline de vioiciune, declanșau entuziasmul unui public încă foarte receptiv la elementul vizual și senzațional al spectacolului. Și Commedia dell'Arte cerea actorilor ei să fie acrobați perfecți, capabili prin virtuozitatea lor să creeze situații de un comic irezistibil care agrementa sărăcia textului și a situațiilor.

Desigur astăzi spectacolul, prin complexitatea lui, nu mai acordă acrobației un rol de salvator al momentelor dificile ; integrată perfect în spectacol, acrobația este motivată însăși de desfășurarea acțiunii.

Mișcările cu caracter acrobatic aparțin mai ales unei anumite categorii de spectacole, în special celor cu caracter comic, sau acelora în care tema însăși presupune o asemenea virtuozitate ca și în pantomimă. Totuși și în alte ocazii, în mod episodic, pot interveni momente în care jocul actorului să folosească elemente de acrobație.

În consecință, în tendința actuală de a forma actori cît mai compleți, studiul acrobației are ca sarcină să dezvolte în viitorul actor o perfectă stăpînire a mișcărilor corpului. Dezvoltînd gradat suplețea naturală și folosind aparate ajutătoare, se caută să se obțină o capacitate maximă de desfășurare virtuoasă a corpului în spațiu, bazată bineînțeles și pe aptitudinile și posibilitățile înnăscute ale fiecărui student.

Combinînd mișcările acrobatice cu cele de îndemînare în mînuirea diferitelor obiecte și mișcările de lupte, se pot obține ansambluri scenice care să reprezinte acțiuni în care accentul e pus în special pe suplețe și agilitate.

Pentru practica mișcărilor acrobatice atît în combinații sau justificarea acțiunilor, cît și în jocurile acrobatice, executanții trebuie să cunoască și să-și însușească tehnic următoarele elemente acrobatice :

a) Rostogoliri înainte, înapoi, lateral executate individual, cu partener sau în grup.

b) Cilindrul

c) Podul

d) Stînd pe mîini
Stînd pe cap
Stînd pe umăr
Stînd pe piept
Stînd pe antebrațe.

e) Răsturnări înainte, înapoi și laterale.

f) Salturi grupate, sau cu corpul întins, executate, înapoi, sau laterale.

În exercițiile care urmează — cu elementele de acrobație deja însușite — se va pune accentul pe dezvoltarea tehnicii atît individual,

cît și în grup, (în care doi, trei sau chiar patru executanți vor colabora pentru realizarea unor exerciții de acrobație). Aceste exerciții, care au ca scop să angreneze abilitatea dobîndită individual, se desfășoară în mod general într-un ritm rapid cu grija constantă a unei perfecte colaborări între parteneri. Se vor pune în valoare nu numai gradul de perfecție tehnică, ci și calitatea expresivă a mișcărilor, avînd mai ales un caracter comic. Cu aceste exerciții de grup odată însușite, se vor realiza ulterior mici momente scenice, care să permită viitoarea lor încadrare într-un context dramatic efectiv. Desigur, sînt exerciții sumare, care nu au pretenția să epuizeze temele de acrobație predate într-un curs cu profil specific, dar interesante pentru stabilirea relației existente între problemele de mișcare scenică și acrobație.

Combinații acrobatice	*Justificare*
— Alergare cu un obiect în mînă, săritură peste un obstacol, cădere cu o rostogolire înainte ; se continuă alergarea cu obiectul în mînă.	— Un soldat înaintînd cu arma în mînă spre atac.
— Mers înapoi, cădere pe o banchetă, cilindru înapoi cu aterizare în poziția stînd.	— Un om amenințat se împiedică în retragere de o banchetă ; în cădere spre înapoi execută un cilindru și revine în picioare.
— Alergare, răsturnare înainte prin stînd pe mîini, rostogolire înainte, îndreptarea capului, săritură cu extensie.	— Prezentarea unui program de circ.
— Cădere de pe un practicabil, rostogolire înainte, două rostogoliri laterale, rostogolire înapoi ajungînd în picioare cu săritură.	— Cădere de pe cal în galop.

Combinații scenice

— Executantul nr. 1 — după două rostogoliri înainte — se oprește în sprijin pe genunchi, cu capul în sus (zărește pe cineva). Executantul nr. 2 se apropie pe neobservate din spate, și printr-o mișcare rapidă se ridică în poziția stînd pe cap (mîinile sînt sprijinite pe șold, iar capul între omoplații partenerului). Numărul 1 se deplasează pe genunchi și pe mîini înainte speriat, ridicînd bazinul ; determină partenerul să execute o răsturnare înainte. Acesta se oprește în poziția stînd cu picioarele depărtate. Nr. 1 execută o rostogolire înainte în ghemuit, ajungînd între picioarele partenerului pe care îl ridică în spate, alergînd cu el.

Executantul nr. 1 execută roata laterală, urmată de o rostogolire înapoi, întinzîndu-se culcat pe piept cu brațele întinse lateral. Executantul nr. 2 execută o răsturnare înainte, se oprește lîngă el

față unor situații care cer mai mult decît o mișcare obișnuită. Sînt situații în care suplețea lui fizică este pusă la încercare și pentru a răspunde cu succes în asemenea cazuri, el trebuie să și-o exerseze din timp. De aceea, acrobatica își are locul său bine stabilit în cadrul studiilor de mișcare scenică, cu scopul de a-l pregăti pe viitorul actor să fie stăpîn pe corpul său, dîndu-i o maximă flexibilitate și agilitate.

În trecut acrobatica juca un mare rol în spectacolele medievale, cînd histrionii cu demonstrațiile lor pline de vioiciune, declanșau entuziasmul unui public încă foarte receptiv la elementul vizual și senzațional al spectacolului. Și Commedia dell'Arte cerea actorilor ei să fie acrobați perfecți, capabili prin virtuozitatea lor să creeze situații de un comic irezistibil care agrementa sărăcia textului și a situațiilor.

Desigur astăzi spectacolul, prin complexitatea lui, nu mai acordă acrobației un rol de salvator al momentelor dificile; integrată perfect în spectacol, acrobația este motivată însăși de desfășurarea acțiunii.

Mișcările cu caracter acrobatic aparțin mai ales unei anumite categorii de spectacole, în special celor cu caracter comic, sau acelora în care tema însăși presupune o asemenea virtuozitate ca și în pantomimă. Totuși și în alte ocazii, în mod episodic, pot interveni momente în care jocul actorului să folosească elemente de acrobație.

În consecință, în tendința actuală de a forma actori cît mai completi, studiul acrobației are ca sarcină să dezvolte în viitorul actor o perfectă stăpînire a mișcărilor corpului. Dezvoltînd gradat suplețea naturală și folosind aparate ajutătoare, se caută să se obțină o capacitate maximă de desfășurare virtuoasă a corpului în spațiu, bazată bineînțeles și pe aptitudinile și posibilitățile înnăscute ale fiecărui student.

Combinînd mișcările acrobatice cu cele de îndemînare în mînuirea diferitelor obiecte și mișcările de lupte, se pot obține ansambluri scenice care să reprezinte acțiuni în care accentul e pus în special pe suplețe și agilitate.

Pentru practica mișcărilor acrobatice atît în combinații sau justificarea acțiunilor, cît și în jocurile acrobatice, executanții trebuie să cunoască și să-și însușească tehnic următoarele elemente acrobatice:

a) Rostogoliri înainte, înapoi, lateral executate individual, cu partener sau în grup.

b) Cilindrul

c) Podul

d) Stînd pe mîini
Stînd pe cap
Stînd pe umăr
Stînd pe piept
Stînd pe antebrațe.

e) Răsturnări înainte, înapoi și laterale.

f) Salturi grupate, sau cu corpul întins, executate, înapoi, sau laterale.

În exercițiile care urmează — cu elementele de acrobație deja însușite — se va pune accentul pe dezvoltarea tehnicii atît individual,

cît și în grup, (în care doi, trei sau chiar patru executanți vor colabora pentru realizarea unor exerciții de acrobație). Aceste exerciții, care au ca scop să angreneze abilitatea dobîndită individual, se desfășoară în mod general într-un ritm rapid cu grija constantă a unei perfecte colaborări între parteneri. Se vor pune în valoare nu numai gradul de perfecție tehnică, ci și calitatea expresivă a mișcărilor, avînd mai ales un caracter comic. Cu aceste exerciții de grup odată însușite, se vor realiza ulterior mici momente scenice, care să permită viitoarea lor încadrare într-un context dramatic efectiv. Desigur, sînt exerciții sumare, care nu au pretenția să epuizeze temele de acrobație predate într-un curs cu profil specific, dar interesante pentru stabilirea relației existente între problemele de mișcare scenică și acrobație.

Combinații acrobatice	*Justificare*
— Alergare cu un obiect în mînă, săritură peste un obstacol, cădere cu o rostogolire înainte; se continuă alergarea cu obiectul în mînă.	— Un soldat înaintînd cu arma în mînă spre atac.
— Mers înapoi, cădere pe o banchetă, cilindru înapoi cu aterizare în poziția stînd.	— Un om amenințat se împiedică în retragere de o banchetă; în cădere spre înapoi execută un cilindru și revine în picioare.
— Alergare, răsturnare înainte prin stînd pe mîini, rostogolire înainte, îndreptarea capului, săritură cu extensie.	— Prezentarea unui program de circ.
— Cădere de pe un practicabil, rostogolire înainte, două rostogoliri laterale, rostogolire înapoi ajungînd în picioare cu săritură.	— Cădere de pe cal în galop.

Combinații scenice

— Executantul nr. 1 — după două rostogoliri înainte — se oprește în sprijin pe genunchi, cu capul în sus (zărește pe cineva). Executantul nr. 2 se apropie pe neobservate din spate, și printr-o mișcare rapidă se ridică în poziția stînd pe cap (mîinile sînt sprijinite pe șold, iar capul între omoplații partenerului). Numărul 1 se deplasează pe genunchi și pe mîini înainte speriat, ridicînd bazinul; determină partenerul să execute o răsturnare înainte. Acesta se oprește în poziția stînd cu picioarele depărtate. Nr. 1 execută o rostogolire înainte în ghemuit, ajungînd între picioarele partenerului pe care îl ridică în spate, alergînd cu el.

Executantul nr. 1 execută roata laterală, urmată de o rostogolire înapoi, întinzîndu-se culcat pe piept cu brațele întinse lateral. Executantul nr. 2 execută o răsturnare înainte, se oprește lîngă el

în picioare stînd, și îl apucă de mîna stîngă și glezna piciorului stîng. Cu o mișcare lentă, nr. 2 îl ridică de la sol și îl rotește spre stînga, sau spre dreapta cu întoarceri repetate pînă la accelerat. Apoi ritmul scade și încet, nr. 2 îl depune pe sol pe nr. 1, care aterizează pe un picior, executînd o rostogolire înapoi, cu oprire culcat înainte. Nr. 2 îl scoate din scenă, tîrîndu-l de picioare.

— Executantul nr. 1 stă în fandare cu mîinile încrucișate la spate, lîngă un zid. Executantul nr. 2 vine în fugă, sare cu piciorul drept pe mîinile numărului 1, apoi, cu piciorul stîng pe umărul stîng al partenerului. În acest fel, reușește să se cațere pe un practicabil (zid înalt). Nr. 1 își schimbă locul, iar nr. 2, nemaiputîndu-se susține în atîrnare, cade ; printr-o rostogolire înapoi se așează pe o buturugă.

— Se poate realiza o întrecere cu tot grupul, folosind elemente acrobatice și sărituri, stabilite dinainte, peste diferite obstacole (practicabile). Se execută în viteză.
Întrecerea se realizează într-un stil anume : clovneresc, Commedia dell'Arte, sportiv, etc.

— Din forfotă în mers, sau din alergare la un semnal dat, se naște o încăierare generală, cu întrebuințarea mai multor elemente acrobatice.
Cînd lupta este în mare desfășurare, se dă semnalul de oprire.
Executanții păstrează poziția în care se află, formînd astfel un tablou plastic.

Indicații :

După oprire într-un tablou plastic (static) se poate da semnalul de continuare.

Jocuri acrobatice

Șenilă în doi

Executantul nr. 1 stă culcat pe spate cu picioarele depărtate și îndoite, nr. 2 stînd îndepărtat în dreptul umerilor celui de jos cu corpul aplecat înainte. Ambii apucă gleznele partenerului. Cel de sus execută o rostogolire înainte, trăgîndu-l în sus pe numărul 1, care repetă din aceeași poziție mișcarea nr. 2.

„Șenila" se poate executa cu rostogolirea înainte sau înapoi în ritm lent sau accelerat. Ca variantă, se poate executa și în trei.

Roaba cu rostogolire

Executantul nr. 1 se așează în poziția de „sprijin culcat", iar executantul nr. 2 îl apucă de picioare (deasupra gleznelor), ridicîndu-l ușor cu brațele puțin îndoite. Nr. 1 înaintează pe mîini cu brațele întinse urmat de nr. 2. La sfîrșitul deplasării nr. 2 ridicînd picioarele nr.-ului 1, îl ajută să execute o rostogolire înainte.

Exercițiul se poate executa în mers lent, sau accelerat, sau chiar în întrecere cu alții.

Variante :

— Executantul nr. 1 duce două „roabe" ținînd picioarele nr.-ului 2 și nr.-ului 3 respectiv cu brațul stîng și cel drept.

— Roaba suprapusă. Executantul nr. 1 mai puternic decît partenerii lui, stînd în poziția de sprijin culcat cu picioarele depărtate, este ridicat de picioare de către nr. 2 care stă în picioare. Nr. 3 călare pe nr. 1, se sprijină cu brațele întinse pe umerii nr. 1 și cu picioarele puțin îndoite cuprinde de șolduri pe executantul nr. 2.
Roaba începe să avanseze.
Se execută ca și primul exercițiu.

— Exercițiul de mai sus se poate realiza și cu patru executanți, ultimul ținînd mîinile pe umerii executantului nr. 3 și picioarele pe umerii executantului nr.2.

Roaba lungă sau „recipedul"

Executanții, în orice număr, se așează în poziție de sprijin culcat, unul înapoia celuilalt. Primul își sprijină picioarele pe șoldurile și mîinile conducătorului, pe cînd ceilalți se sprijină pe umerii celui dinapoi, și începe mersul pe mîini.

La sfîrșitul deplasării se execută o rostogolire înainte.

Broasca țestoasă

Executantul nr. 1 este în poziția culcat pe spate ; nr. 2, cu picioarele depărtate în dreptul șoldurilor celui culcat, se apleacă îndoind corpul cu sprijin pe mîini. Nr. 1 prinde mijlocul nr.-ului 2 cu picioarele îndoite și încrucișate, și îi apucă gleznele cu mîinile. Nr. 2 începe să meargă cu capul privind înainte, și „broasca pornește".

Variantă :

— Executanții stau față în față cu picioarele depărtate. Cu un salt, nr. 2 se prinde de gîtul numărului 1, iar cu picioarele încrucișate îi cuprinde șoldurile. Acum își eliberează mîinile, se îndoaie spre spate și trece cu capul printre picioarele nr.-ului 1. În acest timp nr. 1 se apleacă înainte în poziția pe patru labe. Executantul nr. 2 îi prinde gleznele și este purtat de nr. 1 în sprijin pe mîini cu brațele întinse.

Carul

Executantul nr. 1 stă cu spatele spre nr. 2 care se apleacă cu capul înainte și apucă mîinile nr-ului 1. Nr. 3 încalecă pe nr. 2, unind cu o mînă sau cu ambele pe nr. 2. În acest fel grupul poate monta încet sau în viteză, organizîndu-se eventual fie o întrecere

între mai multe „care", fie angajind o luptă între conducătorii „carelor".

Călărețul la un moment dat se poate ridica în poziția stînd pe spatele nr-ului 2 și executînd diferite exerciții de echilibru, coboară în mers și revine.

Luptă pe cai

Cîte doi executanți: Nr. 1 (calul) poartă pe umerii lui pe nr. 2 (călărețul) care — purtînd o armă reală sau imaginară — poartă lupta cu unul sau mai mulți adversari din alergare în viteză.

În timpul luptei, atît caii cît și călăreții pot fi doborîți și — spre a mări spectaculozitatea exercițiului — aceștia pot realiza căderi combinate cu elemente acrobatice.

Rostogoliri în doi

Executanții stau față în față, la o distanță de doi pași. Nr. 1 execută o rostogalire spre nr. 2; ghemuindu-se puternic, se ridică în picioare și se întoarce repede „stînga împrejur". În timp ce nr. 1 face rostogolirea, nr. 2 sare peste el cu picioarele îndepărtate și, întorcîndu-se și el repede „stînga împrejur", execută o rostogolire înainte. În acest fel, la rîndul lui, fiecare executant realizează o rostogolire sub cel care sare.

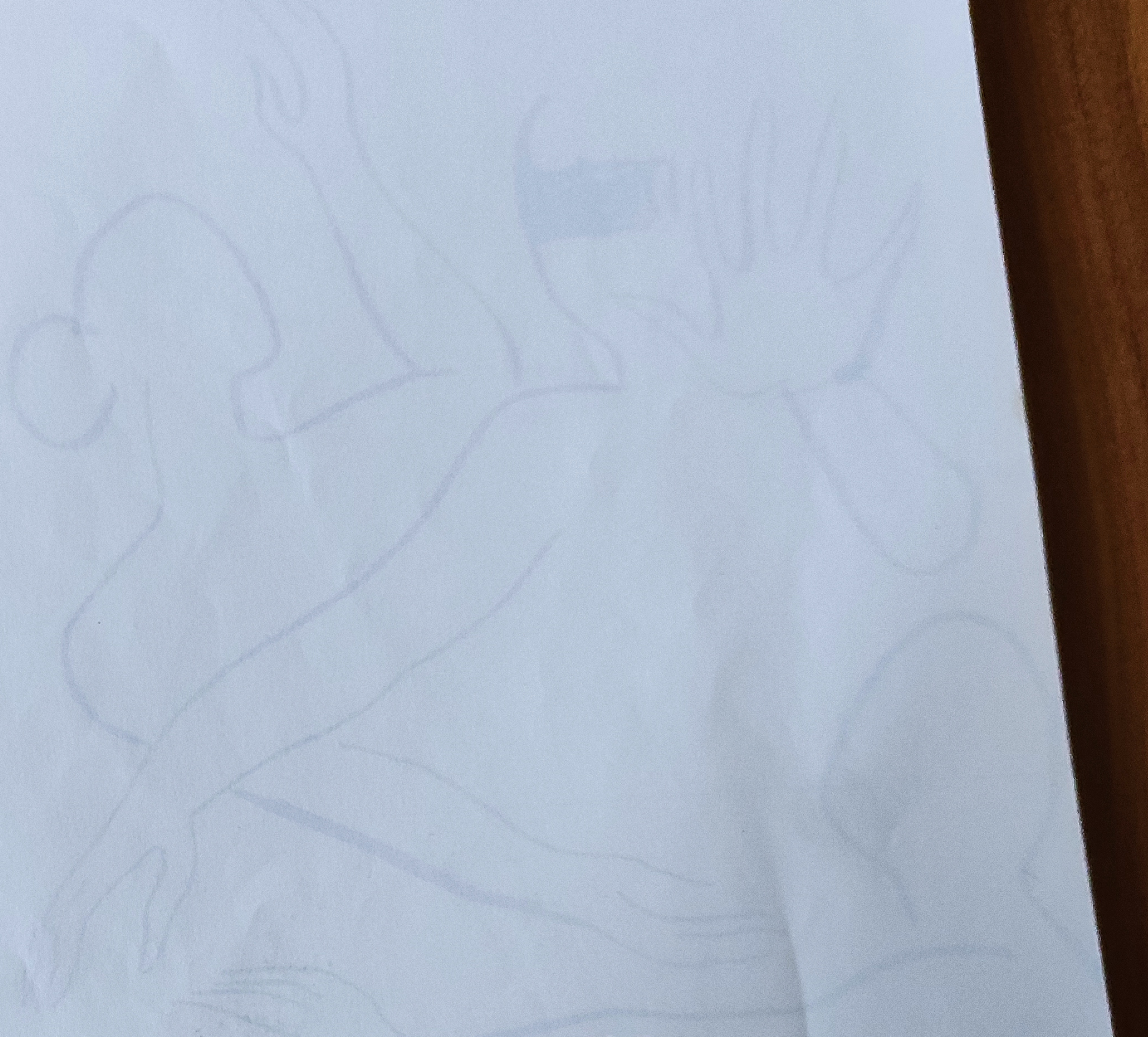
Variantă:

Rostogolirea în trei

Acțiunea se desfășoară ca mai sus, însă cu un executant în plus.

Executantul nr. 1 stă la un capăt al saltelei; nr. 2 cu fața spre el, la o distanță de doi pași, iar la aceeași distanță în spatele lui, stă nr. 3. Executantul nr. 2 din mijloc, execută o rostogolire spre nr. 1. Acesta sare cu picioarele depărtate peste nr. 1 spre mijloc, de unde execută o rostogolire spre nr. 3, care la rîndul lui, sare peste el cu picioarele depărtate ș.a.m.d.

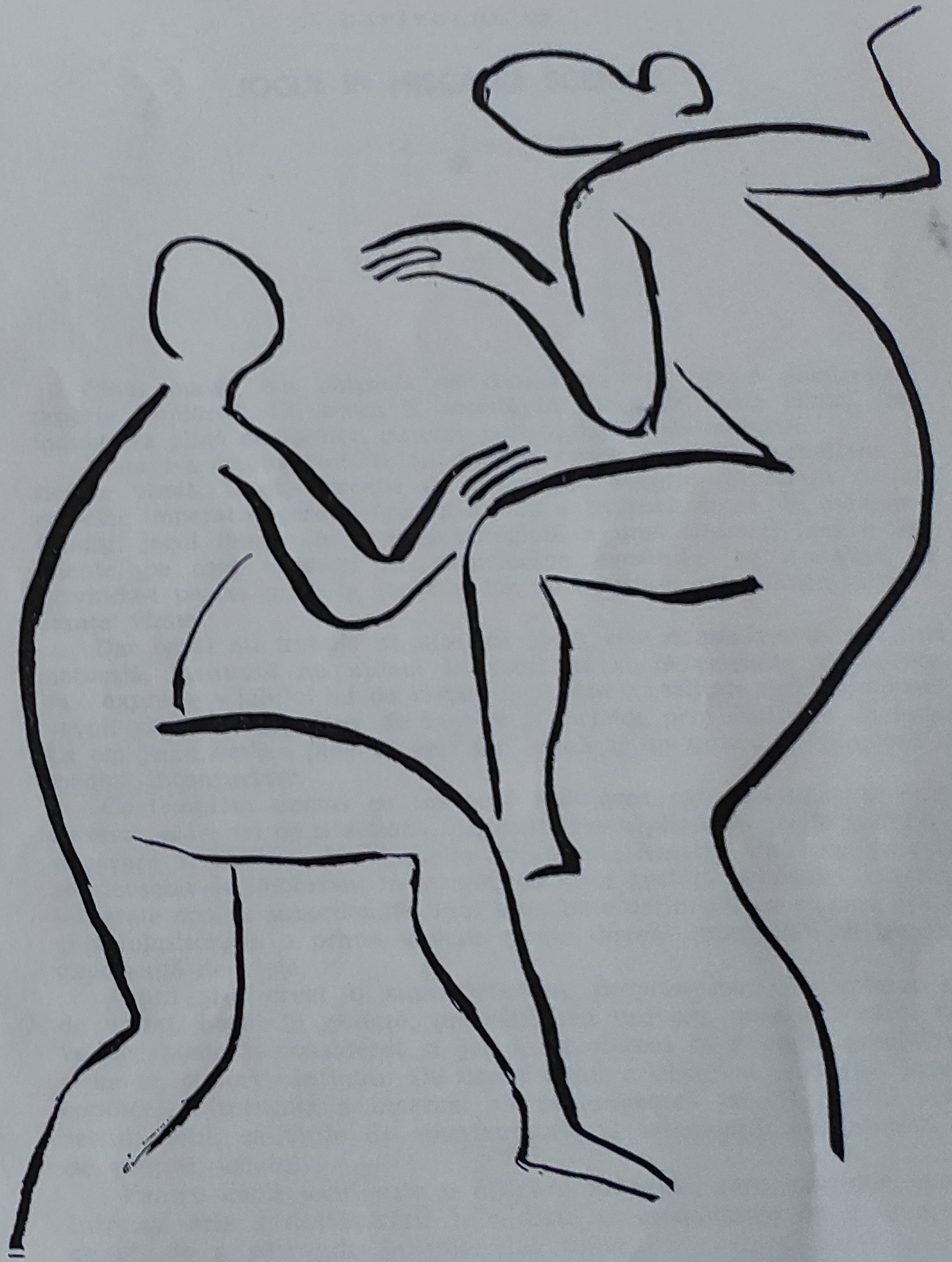
Întoarcerile se fac mereu la „stînga împrejur", exercițiul se poate executa o singură dată pînă cînd toți revin la locurile lor sau de mai multe ori.



✻ JOCUL ÎN MIȘCAREA SCENICĂ







CAPITOLUL III

JOCUL ÎN MIŞCAREA SCENICĂ

*

Omul matur s-a obişnuit să considere jocul ca o manifestare proprie copilăriei. De aceea îi acordă în viaţa de toate zilele, acea indulgenţă plină de farmec, cu care îşi evocă primele amintiri.

Viaţa i-a impus omului, în fiecare epocă a sa de dezvoltare, la fiecare vîrstă, încet, aproape pe nesimţite, o serie de relaţii cu un caracter imperativ, care îl înconjoară ca o ţesătură deasă. În asemenea condiţii jocul rămîne în zona privilegiată a unei libertăţi încă inconştiente, pe care adeseori ne surprindem evocînd-o cu nostalgie. Şi privindu-i pe cei mici, în jocurile lor, le acordăm, cu duioşie, circumstanţa vîrstei.

Dar omul nu trebuie să uite, că jocul este o manifestare profund naturală, instituită nu numai la copii, ci şi la celelalte vieţuitoare, ca o expresie a felului lor de viaţă. Jocul este o realitate care corespunde nevoii vitale de degajare, de înnoire a forţelor prin cheltuire de forţe. La om jocul devine pînă în cele din urmă şi un mijloc de adaptare la mediul înconjurător.

Contemplăm uneori cu un ochi indulgent spontaneitatea şi entuziasmul, plăcerea de a acţiona, expansivitatea plină de graţie şi voioşie, nepăsare şi farmec, din jocurile copilăriei. Acestea însă vor juca un rol deosebit de important în pregătirea unor gesturi şi mişcări, conştient integrate apoi şi subordonate unui scop bine definit. Ceea ce pare gratuit şi nefolositor, la o primă vedere, poate deveni interesantă şi necesară experienţă de viaţă.

Omul şi-a creat o suprastructură proprie, care i-a colorat atît de variat, bogat în nuanţe, propriul său univers, pentru a cărui dezvoltare poate fi considerat şi jocul, nu numai ca o etapă pregătitoare şi ca un suport continuu. De aceea omul a observat şi dirijat jocurile copiilor, şi totodată a încercat să prelungească pe cît posibil pentru restul vieţii, calităţile de spontaneitate şi imaginaţie nestînjenită, atît de proprii jocului.

Pentru copil jocul este o mişcare naturală, care cuprinde aproape întreaga arie a desfăşurării sale. Este şi modalitatea de a te apropia de el, de a pătrunde în mica lui lume.

Pentru omul matur, jocul devine mijlocul de întreţinere a reacţiilor proaspete, degajate de gravitatea impusă de responsabilităţile sale sociale. Jocul este în asemenea cazuri o descătuşare salvatoare,

Teatrul, după cum am văzut, este tot un joc, dar cu anumite caracteristici superioare. Actorul trebuie să-și păstreze o disponibilitate psihică și fizică de integrare rapidă în situații foarte diferite.

Cultivarea jocului în cursul studiilor de mișcare scenică are ca scop de a întreține în student acea veche și înnăscută capacitate de a pătrunde cu sinceritate și spontaneitate într-o lume fictivă și în același timp jocul își mai propune să-l pregătească pe student să folosească în mod conștient acea libertate corporală și spirituală, pe care i-o oferă.

În cursul de mișcare scenică jocul nu trebuie privit numai ca o etapă. Prin semnificațiile lui variate poate interveni în diferite momente, avînd de fiecare dată altă motivare.

Astfel în pregătirea atmosferei de degajare și spontaneitate, pe care o reclamă cursul de mișcare scenică, jocul este un bun prilej de a permite — cu mijloace simple și variate — trecerea de la o stare nediferențiată, inhibată înainte de curs, la cea de degajare și creație, necesară actorului.

Să nu ne temem de întreruperea temei, prin introducerea unui joc. Vom revitaliza clasa, îi vom reîmprospăta elanul. Jocul este un mijloc de relaxare după executarea unor teme cu un efort susținut. De multe ori simțim în mijlocul lecției, cum oboseala face să scadă tensiunea studenților.

De asemenea jocul este necesar și după încheierea temei executate. Prin starea de bună dispoziție pe care o va crea, se vor risipi oboselile și lipsa de entuziasm, pe care efortul fizic susținut o poate uneori produce. Libera expansiune finală, permisă de joc, va fi adevărata încheiere a temei cursului.

Jocul este uneori și un prilej de rememorare a unor gesturi și situații încă proaspete și care vor fi folosite apoi pentru transpunerea lor scenică. De exemplu, va fi mult mai ușor și se vor obține efecte autentice, dacă pentru a interpreta rolul unor tineri care bat mingea, li se va propune studenților ca înainte de executarea temei, să se joace efectiv cu mingea.

Prin natura lui, jocul are un caracter colectiv. Chiar cînd un copil se joacă singur, el stabilește totuși relații fictive între el și lumea înconjurătoare ; pentru el, păpușa va fi animată, o cutie de chibrituri va căpăta un rol determinant de automobil, casă, etc. Nici atunci copilul nu va fi cu adevărat singur și complet izolat, adică desprins dintr-un context mai vast. Singurătatea este o abstracțiune care nu se traduce efectiv în realitatea concretă. De altfel este de compătimit un copil care se joacă singur, pentru că este privat de posibilitatea de a-și îmbogăți micul univers propriu prin interacțiunea cu semenii săi.

Dacă omul, așa cum se spunea încă din antichitate, este *„un animal social“*, această determinare a lui în raport cu alții nu se produce numai la nivelul unor relații cu caracter utilitar, ci și cu funcție naturală, îmbrățișînd toate manifestările sale.

Toate acțiunile lui își găsesc o îndreptățire numai printr-o relație, fie că aceasta este pozitivă prin compunere, completare, desăvîrșire, sau negativă prin opunere, prin conflict sau dezbinare.

Acest lucru trebuie să devină foarte clar studenților. *Ei se pregătesc pentru o muncă în care aportul personal nu va fi valoros decît dacă se va integra cît mai perfect în echipa în care vor colabora.*

Jocul, ca subiect de studiu, este pentru profesor unul din mijloacele cele mai directe și mai simple de a oferi studenților o înțelegere naturală, iar lui însuși posibilitatea descoperirii capacității spontane de colaborare a acestora.

* * *

Primele jocuri ale copilăriei au un caracter întîmplător. Copiii, orientîndu-se încă foarte subiectiv și incomplet, sînt totuși tentați să recompună cu mijloacele lor, ceea ce știu despre viață. În acest mod, vom asista la cunoscutele animări pe care le practică și în care ei se *cufundă* cu *toată puterea lor de imaginație* și de trăire. Sînt jocurile care se ivesc din orice : o cutie răsturnată poate să fie : cînd o casă, cînd un vehicol, cînd un pat. Un scaun poate să adăpostească, sau să fie tras ca o trăsură.

În cursul întîlnirilor dintre ei, copiii stabilesc de obicei cu mare ușurință relații pe care le compun în jurul unei ficțiuni create de ei și întreținute fără nici o greutate. Desigur că în aceste jocuri este inclusă mica lor experiență de viață, ca și felul în care ea s-a reflectat în puterea lor de cuprindere.

Jocul, ca manifestare naturală, se integrează în formele atît de multiple și de complexe ale unei ordini specific umane. Este o primă etapă a unei discipline liber consimțite, pe care civilizațiile superioare au cultivat-o cu mare grijă. *În joc se definește individul, atît ca eu personal, care își are legile proprii de dezvoltare, cît și în corelațiile pe care trebuie să le stabilească prin delimitări foarte precise, în raport cu colectivul în care se integrează.*

Iată de ce în multe programe de învățămînt artistic sau general jocul sub diferite forme își găsește un loc important, nefiind considerat numai ca o „recreație“, sau ca un mijloc de dezvoltare a unei abilități fizice. *Dimpotrivă, jocul este socotit un mijloc direct și eficace de a orienta pe individ în cadrul unei colectivități, cerîndu-i să o înțeleagă, să o respecte, să i se conformeze și să-i aducă în același timp un aport propriu maxim.* Căci este știut că într-o echipă se urmărește de către fiecare coechipier un scop comun, care se realizează prin contribuția plină de grijă a fiecăruia. Mai mult decît atît, în jocurile superior înțelese, nu este vorba numai de o competiție în vederea cîștigului final, obținut cu orice mijloc, ci și de realizarea *unui stil ales, care să poată califica jocul drept frumos.*

Vedem deci, că această manifestare naturală care este jocul, cere să fie ridicată la un înalt nivel, în care calitățile umane să-și găsească o fericită expresie. Numai în aceste condiții jocul are un aport major într-o civilizație, nemaifiind o simplă relaxare organică, întîmplătoare.

Dacă studiul de mișcare scenică folosește și jocul în perfecționarea măiestriei cerute actorului, trebuie să înțelegem că o face datorită faptului că prin joc se obțin rezultate multiple și valoroase, cultivînd și dezvoltînd facultăți specifice calității de actor. *Jocul permite fiecărui*

partener o eliberare de constringerile obișnuite. Introducîndu-l într-o lume dirijată de anumite reguli, jocul, prin temele lui, va propune o ieșire din înlănțuirea atitudinilor obișnuite. Mai mult decît atît, prin convenția specifică jocului, fiecare partener are posibilitatea ca integrîndu-se în joc, să se degajeze de eul său personal, și în acest fel să fie apt de o ipostaziere cu calități creatoare.

Intrînd în joc, subiectul va uita că aparține unei lumi obiective bine definite, de care este mereu condiționat, și va păși într-o lume care-i cere receptivitate, o spontaneitate și o integrare nouă. El va uita și de problematica lui personală, adaptîndu-se cu bucurie la situații noi. *Fără să vrea se va dezvolta în el o libertate psihică și fizică, dîndu-i în același timp sentimentul unei relaxări.*

Libertatea psihică de care am vorbit, dobîndită prin joc, va permite o receptare de relații noi, făcînd apel la o atenție proaspătă și la o imaginație stimulată fără efort.

Astfel, studentul va juca un rol fără constringere și va descoperi în el posibilități de creație spontană, care mai apoi, valorificate conștient, îi vor îmbogăți jocul scenic. Jocul prin caracterul lui antrenant va dezvolta iscusințe nebănuite, dovedind studenților o capacitate *de adaptare la situații noi și neașteptate.*

Stimulînd inventivitatea prin riposta rapidă pe care o cere în situații neprevăzute, jocul dezvoltă în mod fericit mobilitatea mereu vie cerută actorului. Tot el facilitează *o comunicare directă nemijlocită între parteneri, stabilind între ei acțiuni cît se poate de naturale.*

Din punct de vedere fizic, această eliberare se va traduce printr-o sporită agilitate, printr-o ritmicizare a mișcărilor, făcută fără efort, prin care se vor putea urmări calitățile înnăscute ale fiecărui student și îndruma astfel dezvoltarea lor în raport cu dorințele scenice.

În joc profesorul va putea descoperi o sumă de caracteristici care i se vor oferi direct, propunîndu-i-se mijloacele de ameliorare și dezvoltare.

Dar pentru a obține aceste rezultate, jocul în cadrul cursului de mișcare scenică, trebuie să fie astfel dirijat încît să permită de la început studenților să simtă că se dezvoltă liber, în lumea propusă de temă, și că între ei nu există crisparea unei competiții cu caracter negativ. Trebuie să li se dea iluzia că se desfășoară în interiorul ficțiunilor regăsite ale copilăriei și că prezența profesorului nu îi va stînjeni. Numai în aceste condiții, temele de joc își vor găsi justificarea în cadrul studiilor de mișcare scenică.

Ca și în jocurile copilărești, studentul va cunoaște mai întîi condițiile jocului, regulile lui. Tot astfel cum la jocul de-a v-ați ascunselea spațiul de ascundere este delimitat, el trebuie să știe că și spațiul scenic este în mod practic delimitat, ba chiar populat de unele obiecte, pe care trebuie să le ocolească sau să le folosească.

De asemenea el trebuie să știe că treptat trebuie să ajungă la acel „joc frumos", la acea desfășurare armonioasă și spectaculoasă pe care o admirăm la unele meciuri de fotbal, tenis, baschet etc.

Jocul, ca temă în studiul nostru, va ține seamă de caracterul ultim al studiului, menit să dezvolte calități artistice autentice, puse în slujba unei etici superioare.

Jocuri

„Baba-oarba"

Jucătorii dansează în ritmul muzicii, așezați în cerc (ei avansează sau stau pe loc). În mijlocul cercului stă un jucător legat la ochi. La întreruperea muzicii jucătorii se opresc din dans, lăsîndu-se în genunchi. Jucătorul cu ochii legați se îndreaptă spre cei de la marginea cercului, prinde pe unul dintre ei și, pipăindu-i fața, trebuie să ghicească cine este. Cel ghicit trece în mijloc cu ochii legați.

Se poate ivi un moment amuzant: spre sfîrșitul jocului toți jucătorii se ascund fără să fie simțiți, iar „baba oarba", fiind păcălită, caută în zadar.

„Caută și ascultă"

În timp ce unul dintre jucători se află în altă încăpere, ceilalți ascund un obiect oarecare, apoi se așează pe scaune și încep să cînte un cîntec pe care-l cunosc cu toții.

Cînd jucătorul care caută se apropie de locul unde a fost ascuns obiectul, se cîntă mai tare. Dacă el se găsește departe de obiectul ascuns, jucătorii cîntă mai încet.

În timpul jocului se poate strecura obiectul în buzunarul celui ce caută, sau agăța de hainele lui fără ca el să observe. În felul acesta, spre surprinderea sa, toți vor cînta din toate puterile oriunde s-ar mișca. Cîntecul se poate schimba în timpul jocului.

„Mătura"

Perechile dansează în ritmul muzicii în cerc spre dreapta.

Un student dansează cu o mătură în mînă în centrul cercului. La oprirea bruscă a muzicii, dansatorii trebuie să-și schimbe partenera. Studentul din mijloc lasă să cadă mătura și-și caută repede o parteneră. Dansatorul rămas singur trece în mijloc și jocul continuă în ritmul muzicii.

Indicații:

Melodia se schimbă mereu pentru a varia ritmul.

„Un scaun mai puțin"

Scaunele sînt plasate pe două rînduri apropiate, cu speteaza spre centru. Trebuie să fie cu un scaun mai puțin decît numărul jucătorilor. Studenții merg sau aleargă în ritmul muzicii în cerc avînd umărul stîng spre scaune. Cînd muzica se oprește brusc, fiecare trebuie să se așeze pe un scaun. Studentul rămas fără loc, iese din joc și scoate un scaun. Cînd rămîn numai doi studenți în jurul unui scaun, cel care comandă jocul stă cu spatele spre jucători.

Cîștigă cel care ocupă ultimul scaun.

„Atenție la comandă"!

Jucătorii merg în cerc, primind în timpul acesta diferite comenzi ca: brațele sus, ghemuire, mers pe vîrfuri, pe călcîie etc. La un moment dat profesorul strigă un număr, de exemplu trei; la auzul comenzii jucătorii se grupează în formații de cîte trei. Studenții rămași afară vor intra în grup la comanda următoare. Se cere o cît mai mare spontaneitate. Pentru a varia jocul, studenții în momentul grupării lor, vor executa un mic tablou de muncă, luptă, joc etc.

Varianta I:

Studenților li se adresează diverse comenzi la care ei trebuie să răspundă executînd mișcarea inversă. De exemplu: cînd li se cere un mers accelerat ei merg mai încet sau la comanda să sară pe piciorul drept, ei vor sări pe piciorul stîng. Li se poate cere o fugă spre ușă și ei vor fugi în direcția opusă etc.

Indicații:

Comanda se va da clar și hotărît, la nevoie subliniindu-se printr-un gest. De exemplu: arătarea direcției cu mîna.

Varianta II:

Jucătorii aleargă în cerc. La un semnal dat ei execută o ghemuire; la un alt semnal — se plasează într-o poziție în care să nu atingă podeaua cu talpa. Jucătorii stau în poziția cerută pînă cînd se dă comanda de alergare.

Indicații:

La comenzile date jucătorii se opresc într-o poziție plastică, executînd cîte trei un tablou de luptă, tras, împins etc., respectînd regulile date.

„Ținta"

Fiecare jucător ține pe brațul stîng cinci sau șase cercuri. Cu mîna dreaptă ia rînd pe rînd cîte un cerc de pe brațul stîng și-l aruncă în bastonul sau prăjina așezată aproximativ la o depărtare de patru pînă la cinci pași.

Cîștigă jucătorul care aruncă cele mai multe cercuri la țintă. Se poate executa și pe echipe. În acest caz, cîștigă echipa care are cele mai multe puncte.

Variante:

Se poate executa de la o anumită înălțime, stînd pe un picior, din fugă în jurul țintei sau cu țintă mobilă.

„Aruncă bine"!

În mijlocul sălii se plasează un cuier (pom) și la o mică distanță pe aceeași linie, — un scaun și apoi un coș. La o distanță de 3,4 m se trasează o linie în spatele căreia stau studenții. Primul are în mînă un ziar, pe braț o haină și pe cap o pălărie. Cînd se dă semnalul, jucătorul aruncă pe rînd obiectele în așa fel încît ziarul să intre în coș, haina să cadă pe scaun și pălăria în cuier.

Se punctează reușitele fiecărui student.

Indicații:

Aruncarea se face din mers.
Obiectele aruncate pot fi prinse și de un alt student.

„Ochire prin fereastră"

Se aleg două echipe formate dintr-un număr egal de jucători. Fiecare se aliniază în flanc la un interval de trei pași între ei înapoia unei linii de plecare. La opt pînă la zece pași, paralel cu linia de plecare, stă în dreptul fiecărei echipe cîte un jucător ținînd în mînă cu brațele întinse, cîte un cerc.

Primul jucător din fiecare echipă aflat în spatele liniei de plecare are cîte trei mingi mici în mînă. La semnalul de începere a jocului, primii jucători din fiecare echipă aruncă mingile una cîte una, prin fereastră (cercul este ținut de jucătorii din față).

Cîștigă echipa care totalizează cel mai mare număr de puncte adică de mingi aruncate prin cerc.

Indicații:

Aruncarea mingilor se face numai din spatele liniei de plecare.
Mingile pot fi aruncate numai una cîte una.
Echipei care termină jocul în timpul cel mai scurt, i se acordă zece puncte în plus peste cele realizate prin ochire.

Popicele

La un capăt al sălii se așează șapte, opt sau nouă popice sau măciuci. La o depărtare apreciabilă se trage o linie în spatele căreia stau jucătorii, avînd cîte patru sau cinci mingi mici în mînă.

Primul jucător, urmat apoi de ceilalți, aruncă pe rînd cîte o minge la țintă.

Cîștigă cel care reușește să doboare cele mai multe popice sau măciuci.

Variantă:

Jucătorii pot fi împărțiți în două echipe, cîștigînd echipa care realizează cele mai multe puncte.

„Transportul pepenilor“

Împărțiți în două echipe, jucătorii se aliniază în flanc în spatele liniei de plecare.

La 10, 15 pînă la 20 m de această linie, se delimitează linia de întoarcere, iar în fața fiecărei echipe se plasează cîte trei mingi medicinale.

La semnalul de începere, primul jucător din fiecare echipă ia în brațe, una, două sau chiar cele trei mingi (după cum se stabilește dinainte) și aleargă cu ele pînă în dreptul liniei de întoarcere și înapoi, predîndu-le jucătorului următor căruia i le pune jos, în față.

Fiecare jucător din echipă continuă jocul în același fel. Învinge echipa care termină prima.

Varianta I :

La semnalul de începere, primul jucător din fiecare echipă rostogolește mingea lovind-o cu palmele la fiecare pas, pînă la linia de întoarcere. Procedează la fel și la înapoiere, predînd mingea jucătorului următor.

Indicații :

Mingea trebuie lovită la fiecare pas. Ea poate fi lovită la ducere cu palma dreaptă iar la întoarcere cu stînga.

„Fii îndemînatic“ !

Jucătorii stau în cerc la o mică distanță unul de altul, ținînd în mîini cîte o minge de mărime și greutate diferite. La un semnal, fiecare își aruncă mingea din dreapta spre stînga, cu capul întors spre dreapta, în direcția de unde vine mingea.

Jocul se execută în ritm de 4/4 sau 2/4. Pe primul timp jucătorii aruncă mingea, prinzînd-o pe timpul doi.

Indicații :

Distanța între jucători poate fi mărită, obiectele pot varia, de exemplu : baston, cerc, pălărie, scaun etc.

Cel care scapă obiectul iese din joc.

Cîștigă ultimii trei jucători rămași în cerc.

„Trageți frînghia“ !

La mijlocul unei frînghii se leagă o batistă. De o parte și de alta a batistei, jucătorii — împărțiți în două echipe — se aliniază în zigzag de-a lungul frînghiei. La primul semnal, fiecare jucător se apleacă, apucă frînghia cu ambele mîini, și o ridică la înălțimea șoldului, ținînd-o întinsă gata pentru pornire. La al doilea semnal, jucătorii fiecărei echipe își unesc eforturile ca să tragă echipa adversă dincolo de linia care le

desparte. Fiecare echipă va avea grijă ca primul jucător care trage să fie cel mai puternic.

Cîștigă echipa care a tras pe adversar în terenul propriu.

„Cine ia pălăria de pe scaun“ ?

Jocul se desfășoară pe grupe de cîte patru persoane, folosindu-se două corzi și patru pălării sau bascuri. Corzile se înnoadă între ele la mijloc, formînd astfel o cruce.

Fiecare jucător prinde capetele corzilor, ținîndu-le întinse. La distanță de 1 m de fiecare jucător, se pune cîte un scaun cu pălăria sau bascul pe el.

La semnal, fiecare jucător trage de coardă cu intenția de a se apropia de scaun și a lua pălăria. Cel care reușește învinge.

Indicații :

Nu este permisă smucirea corzii.

La alcătuirea grupelor se va ține seama de forța jucătorilor în așa fel încît să existe echilibru.

„Racul“

În dreptul liniei de pornire jucătorii se aliniază perechi. Cei doi stau spate în spate, ținîndu-se de braț cu coatele îndoite. O altă linie marchează sosirea. La un semnal, perechile aleargă spre linia de sosire, așa fel încît unul să fugă cu fața iar celălalt cu spatele, ținîndu-se tot mereu de braț cu coatele îndoite.

Cîștigă perechea care a ajuns prima la linia de sosire.

Cursa se repetă în așa fel, încît cei care au alergat cu spatele, să fie cu fața înainte, și invers.

Indicații :

Jucătorii să fie cam de aceeași înălțime și greutate.

Variantă :

La un semnal, jucătorii se așează și apoi se ridică alergînd din nou.

„Pe mingi, înainte“ !

De-a lungul unei linii de pornire sînt înșirați jucătorii dîndu-li-se fiecăruia cîte trei mingi medicinale. La o anumită distanță se fixează linia de sosire. Fiecare student, la primul semnal, așează pe jos cele trei mingi în direcția cursei și se urcă cu picioarele pe primele două. La al doilea semnal se apleacă, ridică ultima minge, o așează înaintea celor două pe care stă (tot în direcția cursei) și face un pas pe ea, eliberînd mingea dinaintea lui. Mișcarea se repetă, pînă ce primul ajunge la punctul de sosire. Acesta cîștigă cursa.

Variantă !

Înaintarea pe mingi se face purtînd în acest timp o a patra minge pe ceafă.

Cursa combinată

Jucătorii, împărţiţi în două echipe, sînt aliniaţi în flanc cîte unul în spatele liniei de plecare. Între cele două echipe va fi un interval de 3—4 m. În faţa fiecărei echipe, la 5—5 m de linia de plecare, se află cîte o ladă de gimnastică, iar la alţi 4—5 m — o bancă proptită oblic de spalier.

Primul jucător din fiecare echipă primeşte cîte o minge medicinală. La un semnal, aceştia aleargă cu mingea, sar peste ladă, urcă pe banca proptită de spalier, sar de pe bancă şi se întorc prin stînga, alergînd fiecare la echipa sa. Cînd ajunge în dreptul lăzii, fiecare jucător aruncă mingea celui următor, după care se aşează în spatele echipei sale.

Cîştigă echipa care a terminat prima şi al cărei ultim jucător din coloană a ridicat mingea deasupra capului cînd sare de pe bancă.

Indicaţii :

Prinderea mingii se face în spatele liniei de plecare.

Săritura peste ladă şi urcarea pe bancă sînt obligatorii, nerespectarea regulii ducînd la descalificarea echipei.

„Hochei pe uscat"

Două echipe stau faţă în faţă. Jucătorii sînt aşezaţi pe cîte o bancă de gimnastică la o distanţă de circa 4—5 m. Jucătorii fiecărei echipe poartă un număr şi sînt aşezaţi astfel încît numărul 1 dintr-o echipă să fie în faţa ultimului număr din echipa adversă. Între echipe, la mijloc, se pune o cîrpă care ţine locul mingii. De o parte şi de alta a cîrpei, cît şi mai aproape şi paralel cu jucătorii, sînt aşezate două bastoane. În stînga şi în dreapta echipelor — pe o linie mediană cam la 5—6 m de o parte şi alta a echipelor — se plasează cîte un scaun. Acesta va fi poarta. La semnal se strigă un număr. În acel moment, jucătorul purtînd numărul respectiv, se ridică de pe bancă şi aleargă fiecare spre bastonul din dreptul echipei adverse şi la capătul opus jucătorului strigat. Fiecare jucător ia cît mai repede bastonul în mînă şi începe lupta dintre cei doi, pentru a duce cîrpa cu ajutorul bastonului în poarta echipei adverse, care se află la stînga echipei.

Indicaţii :

Cîrpa nu trebuie ridicată cu mîna, nu trebuie oprită cu piciorul prin călcare, partenerul nu trebuie lovit cu bastonul. În timpul jocului se pot introduce fente.

„Îmbracă-te"

Se formează două grupe aşezate paralel, la un interval de 2—3 m ; jucătorii din fiecare grupă stau unul în spatele celuilalt. În faţa lor se pune cîte o bancă de gimnastică socotită linie de pornire. La 10—15 m de aceasta, se plasează în dreptul fiecărei grupe cîte un scaun, avînd pe el o pălărie, o bluză şi un pantalon.

Cînd se dă semnalul, primii jucători din fiecare echipă sar pe bancă, aleargă spre scaunul respectiv, iar, ajunşi acolo, îmbracă pantalonul, bluza, îşi pun pălăria şi se întorc cît mai repede la locul lor. Ajunşi în spatele liniei de pornire, îşi scot de pe cap pălăria, dezbracă bluza şi pantalonii, predîndu-le celor care urmează. Aceştia la rîndul lor, se îmbracă, sar banca, fug spre scaun — unde se dezbracă — depun îmbrăcămintea pe scaun şi aleargă înapoi. Ajunşi în spatele liniei de pornire, îl ating pe cel care urmează, aceştia continuă cursa în acelaşi fel.

Cîştigă grupa al cărei ultim jucător trece primul linia de pornire.

Indicaţii :

Se va îmbrăca întîi pantalonul, apoi bluza, şi apoi pălăria.

Scaunele nu se deplasează din loc.

Costumul se predă şi se îmbracă în spatele liniei de pornire.

Executanţii nu vor primi ajutor la îmbrăcare şi la dezbrăcare.

Se poate executa recitind o poezie, sau un monolog, în timpul exerciţiului.

„Trenul pe un picior"

Jucătorii formează un şir, aliniaţi la locul de plecare. Primul va da comanda. În acel moment, el va prinde piciorul stîng al jucătorului din spatele lui : acesta, rămas pe piciorul drept, va prinde la rîndul lui piciorul stîng al celui din spate care va rămîne şi el pe piciorul drept ş.a.m.d. pînă la capătul şirului.

La semnal, întregul şir înaintează pe piciorul drept, urmînd ca în timpul mersului să execute diverse comenzi ale primului jucător. De exemplu, el strigă : „gara Ploieşti". Toţi revin la poziţia pe două picioare şi improvizează un raport cu specificul momentului : cumpără covrigi, se uită pe fereastră, coboară pe peron, beau o limonadă etc. La semnal, din nou pe acelaşi picior, sau eventual pe celălalt, cursa continuă.

Indicaţii :

În mers, şirul nu are voie să se rupă, şi jucătorii nu pun ambele picioare jos.

„Ţine minte ce-ai văzut"

Jucătorii stau cu spatele în jurul unei mese, pe care sînt aranjate într-un fel anumit obiecte cît mai variate, ca : oglindă, nasture, creion, carte, tabacheră, cutie de chibrituri, ac de păr, pudrieră etc. Obiectele sînt acoperite.

La un semnal, obiectele sînt descoperite: jucătorii se întorc cu fața spre masă și pînă cînd se numără pînă la opt, ei observă și memorează atît lucrurile de pe masă, cît și felul în care sînt aruncate. Apoi se întorc cu spatele și notează fiecare pe o hîrtie, ce au văzut.

Indicații:

Timpul de notare: circa 3—4 minute.
Se cere specificarea obiectelor, ordinea în care au fost aranjate, cît și o caracteristică (mărime, culoare sau formă).
Jocul trebuie să decurgă în liniște.

„Statui"

Studenții sînt aliniați la linia de plecare. Conducătoul stă cu spatele la ei la o distanță de 10—15 m; le numără: „1, 2, 3, stați!" La semnal, jucătorii fug cît pot înainte și se opresc brusc în diferite poziții plastice. După ce a strigat, conducătorul se întoarce cu fața spre jucători. Cel care însă se mișcă în acel moment trebuie să se întoarcă la linia de plecare. Din nou, conducătorul se întoarce cu spatele și comandă etc.
Cîștigă jucătorul care a ajuns mai repede la linia de sosire.

Variantă:

Conducătorul — cînd se întoarce — alege statuia cu plastica cea mai bună, căreia îi predă comanda, iar el intră în joc, pornind din nou cu toții de la linia de plecare.

„Imaginație pe ritm de jazz"

Jucătorii stau în cerc și numără spre stînga unul cîte unul. Studentul cu numărul unu începe jocul, executînd în ritm de jazz de opt ori una și aceeași mișcare. Ceilalți jucători îl imită în același ritm.
De exemplu: urcarea pe o frînghie imaginară, pași de dans, o luptă, o împușcătură cu revolverul, o convorbire telefonică agitată, spălatul dușumelei etc. După ce studentul cu numărul unu a executat mișcarea, urmează studentul numărul doi, ș.a.m.d.

Indicații:

Jocul se execută în ritm vioi.
Poate fi acompaniat de muzică de jazz, fie cîntînd ei înșiși, fie la un instrument.

„Lectură în cor"

Scaunele sînt așezate în cerc cu o mică distanță între ele. La joc participă un jucător mai mult decît numărul scaunelor.
Studenții merg în interiorul cercului de-a lungul scaunelor și citesc în cor un articol indicat dintr-un ziar. La semnalul conducătorului,

jucătorii trebuie să se așeze fiecare pe cîte un scaun continuînd cititul în șoaptă. Jucătorul care rămîne fără scaun iese din joc scoțînd de fiecare dată și cîte un scaun. La semnal, se reia mersul și cititul în cor cu voce tare.
Cîștigă jucătorul, care ocupă ultimul scaun rămas.

Variantă:

Jocul se poate executa și după ritmul unei muzici, studenții așezindu-se oridecîte ori muzica se oprește.

„Stai pe loc la obiect"!

Unul din jucători se învîrtește pe loc în centrul cercului, iar ceilalți se învîrtesc în jurul lui. În momentul cînd jucătorul din centru se oprește, el strigă un nume de animal, pasăre sau insectă. La acest semnal, ceilalți jucători se opresc și ei și imită fiecare o mișcare caracteristică a viețuitoarei strigate. Cînd însă jucătorul din mijloc strigă numele unui obiect și nu al unei viețuitoare, partenerii rămîn nemișcați.
Pierde cel care se mișcă în momentul în care nu se strigă numele unei ființe.

„Călătorie"

În mijloc: conducătorul stă în picioare. În jurul lui, la 2—3 m distanță, jucătorii stau pe scaune, în cerc. Fiecare dintre ei primește cîte un nume de țară. La un semnal, conducătorul începe să povestească o călătorie, în care amintește numele țărilor pe care le poartă fiecare student. Aceștia sînt atenți și cînd aud fiecare numele țării cu care sînt desemnați, se ridică și dansează un dans caracteristic țării respective.

Indicații:

Povestitorul va fi ales dintre cei care au darul să evoce sugestiv.
Jucătorii trebuie să răspundă spontan.
Cel care nu începe să danseze nici la repetarea numelui țării pe care o reprezintă, iese din joc.
Pentru mai multă ușurință, povestitorul își scrie pe hîrtie numele țărilor. El poate menționa în cursul povestirii și alte țări.

„Cine-i profesorul"?

Jucătorii stau în cerc. Unul dintre ei stă în afară, cu spatele la cerc. Unul dintre jucătorii din cerc (profesorul) execută o mișcare, pe care ceilalți o imită. Cînd se mișcă cu toții în sensul indicat de profesor, e chemat jucătorul de afară. Acesta intră în centrul cercului și îi observă pe cei din cerc ca să determine care e profesorul (adică cel care a comandat mișcarea). În timpul jocului, mișcările se schimbă și abilitatea celui

din mijloc constă în a surprinde pe acela care inițiază mișcarea și care deci este profesorul.

Cînd ghicește, ia locul „profesorului".

Indicații :

Profesorul va schimba mișcarea cît se poate de neașteptat cînd jucătorul din mijloc e cu spatele spre el.

„Ce meserie avem" ?

Trei jucători se duc într-o încăpere alăturată unde își aleg o meserie. Stabilesc între ei din ce țară vin și care este „maestrul" hotărînd și prin ce mișcări vor evoca meseria pe care și-au ales-o, așa încît ceilalți jucători s-o poată ghici.

Reîntorși în fața colectivului, spun în cor țara din care au venit (de ex. Polonia) și inițiala meseriei (de ex. C pentru croitor), apoi mimează mișcările corespunzătoare. Colectivul trebuie să ghicească nu numai meseria, dar și pe cei care sînt dintre ei trei maestrul, ajutorul și ucenicul.

Cei care au ghicit — indiferent de numărul lor — ies și jocul se continuă.

„Răspuns rimat"

Jucătorii se învîrtesc în cerc executînd mișcări comandate de conducătorul din mijloc, care la un moment dat aruncă unuia dintre jucători un batic. În același timp, îi cere să facă și o anumită înmulțire. Jucătorul prinde baticul, răspunde, cu termenii și produsul înmulțirii, adăugînd și un vers rimat. De exemplu 5 × 5, douăzeci și cinci, baba-i cu opinci.

Indicații :

Cine greșește, sau nu răspunde repede și bine, iese din joc, sau ia locul conducătorului.

„Alo, alo !"

Jucătorii stau în cerc. Unul din ei, stînd în mijlocul cercului, e legat la ochi. Acesta se apropie de unul din cerc și pune diferite întrebări : se improvizează astfel o convorbire telefonică. Jucătorul întrebat, trebuie să răspundă la „Telefon", schimbîndu-și și vocea.

Jocul continuă, pînă cînd cel legat la ochi, recunoaște vocea unuia dintre jucători. Acesta îi va lua locul ș.a.m.d.

Variantă :

Jucătorul legat la ochi se adresează unui coleg și în locul lui răspunde altul, imitînd vocea colegului solicitat.

„A fost odată . . ."

Studenții se mișcă în forfotă, unul dintre ei ținînd o minge în mînă. La un semnal, acesta începe povestirea și aruncă mingea unui alt jucător. Acesta, fără să se oprească din mers, prinde mingea, continuă povestirea și după una sau două fraze, aruncă la rîndul lui mingea altui jucător, ș.a.m.d.

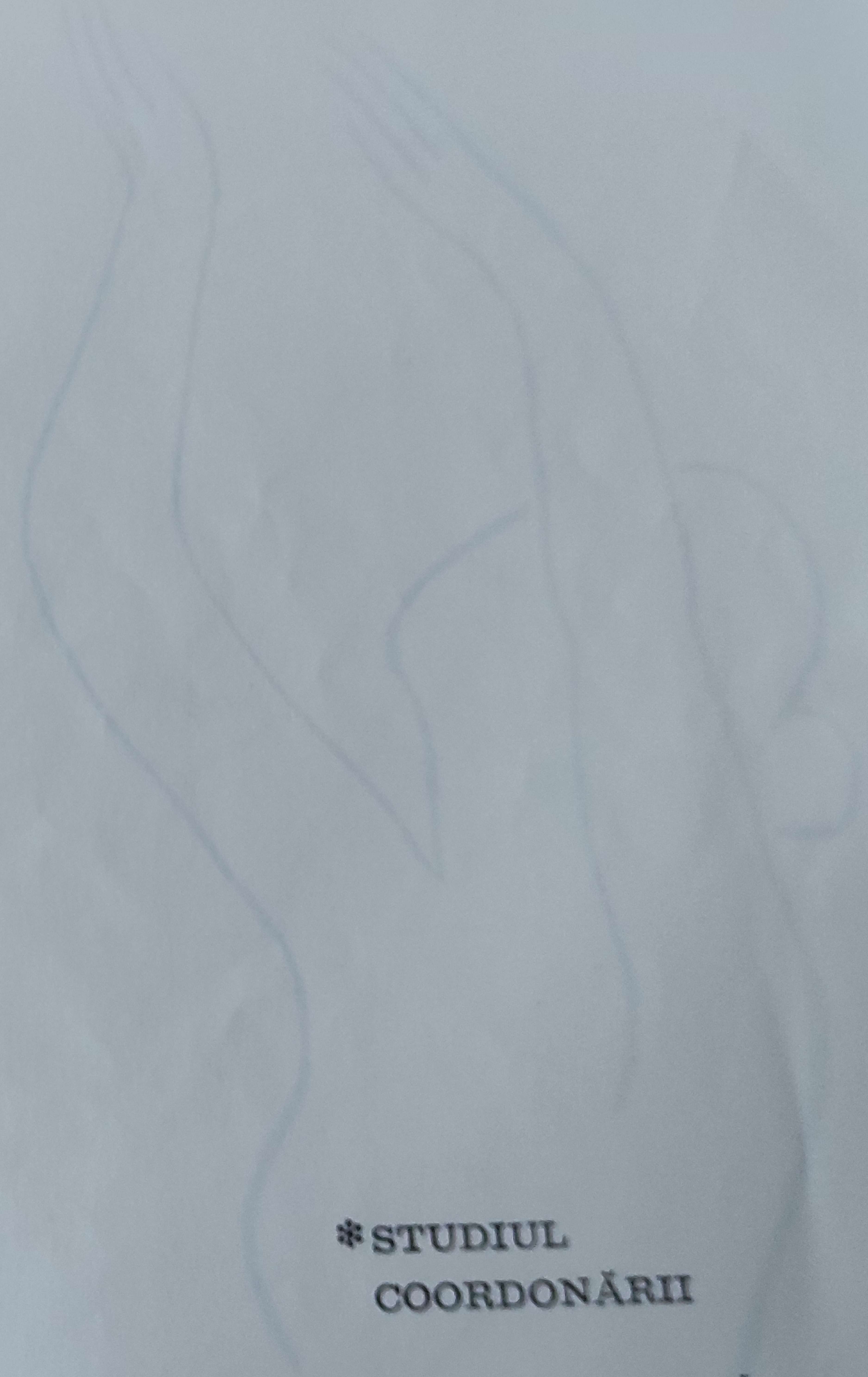
E eliminat din joc, cel care scapă mingea, nu continuă prompt povestirea, sau rîde în timpul jocului.

Indicații :

Povestirea poate fi indicată dinainte, sau fiecare improvizează în raport cu cele spuse de parteneri.

„Grădina zoologică"

Jucătorii sînt înșiruiți în ordinea înălțimii. Primul fuge în mijlocul sălii și ajuns acolo imită urletul unui animal. Următorul jucător fuge, sau sare spre cel din mijloc, mimînd mișcarea animalului, al cărui urlet s-a auzit. Ajunși în centru, cei doi se înțeleg ce animal să imite. La sunetele emise de ei, se deplasează următorii doi jucători din șir, mimînd spre centru mișcările animalului respectiv ș.a.m.d.



❄ STUDIUL COORDONĂRII







CAPITOLUL IV

STUDIUL COORDONĂRII

❃

Acțiunea de a coordona presupune prezența mai multor elemente care, coexistînd se determină reciproc și crează o unitate organică.

Prin natura lui, spiritul uman este coordonator, adică apt să stabilească intr-o aparentă dezordine o ordine unificatoare. Numai grație acestei capacități de a coordona, omul s-a putut orienta într-o diversitate infinită, căreia i-a conferit un sens propriu structurii specific umane.

Viața, așa cum e concepută de om, este posibilă tocmai datorită faptului, că ea se supune unei coordonări, care il salvează pe om de pericolul copleșirii sale în imensitatea universului.

Scena aduce în spațiul ei limitat infinita problematică a vieții. Actorul, cînd intră pe scenă, este introdus intr-o complexitate din care va trebui să facă parte în mod solidar, cu grija de a se integra perfect în unitatea pe care o reprezintă spectacolul. Acesta este o lume caracteristică prin tema pe care o propune, prin epoca în care această temă este situată, prin conflictul specific și personajele date.

Așa cum niciodată omul nu este singur în viață, tot așa actorul nu poate face abstracție de multiplele elemente, care compun spectacolul.

Decorul, diverse obiecte, partenerii, lumina. ritmul unei muzici, etc. sînt tot atîtea determinante care obligă la un joc, în care, printr-o coordonare strictă să se poată crea un ansamblu unitar.

Chiar dacă am imagina existența unui spectacol în care ar exista un singur actor evoluînd pe scenă fără decor și celelalte elemente ajutătoare, acest actor ar fi totuși confruntat cu probleme multiple. Apariția lui pe scenă, solicită publicul din punct de vedere vizual, auditiv, intelectual, emoțional. Aceasta presupune din partea actorului, posibilitatea de a se desfășura în așa fel, încît pentru a fi convingător, mimica, gestul, atitudinea, frazarea textului, să corespundă ideii propuse de piesă și să trezească emoția pe care aceasta o generează.

De aceea, studiul coordonării este de o mare importanță în dobîndirea calității de actor. Se cere deci, nu numai o perfectă acordare a elementelor care compun jocul propriu-zis al fiecărui actor : mișcare, gest, dicțiune, dar și acordarea în raport cu ansamblul spectacolului. Atenția, observația, memoria, imaginația, îndeminarea, supletea, prezența de spirit, trebuie să concureze în aceeași măsură, pentru a permite orientarea și incadrarea justă în acțiunea dramatică studiată.

Această coordonare presupune o cunoaștere profundă a temei, și a mijloacelor de exprimare. Ea presupune și capacitatea fizică de a se

adapta oricăror cerințe și mai presus de toate, o justă apreciere din partea studentului a fenomenului scenic. În aceasta constă și marea dificultate a predării din partea profesorului, care trebuie să păstreze cu multă înțelegere un echilibru între mișcarea spontană naturală și rigorile impuse de criterii superior estetice.

În studiul coordonării, studenții vor învăța că desfășurarea lor pe scenă trebuie să păstreze un suflu viu, autentic, care să se modeleze după regulile specifice teatrului.

În progresiunea sa, studiul coordonării va face uz atît de elemente de decor reale, sau sugerate, de diverse obiecte, cît și de intervenții neprevăzute ; fiecare studiu are ca scop să lărgească aria de acomodări a studenților și în felul acesta să-i supună la acțiuni de coordonare tot mai complicate.

Prin dobîndirea unei experiențe scenice, se vor crea, desigur, anumite reflexe care vor permite o spontană integrare, facilitînd justa coordonare a elementelor spectacolului. Dar dacă dobîndirea reflexelor ușurează efortul creator, nu e mai puțin adevărat, că prezintă și pericolul unui schematism al jocului prin tendința unor repetări stereotipe. De aceea, e necesar ca în cursul studiului să se acorde o foarte mare atenție stimulării continue a inventivității, care apelînd în mod activ la imaginație, să ferească viitorii actori de o automulțumire, care le-ar plafona posibilitățile creatoare.

Totodată trebuie acordată o grijă deosebită educației ritmului, care în mișcarea scenică joacă un rol deosebit de important.

Cuvîntul „ritm" provine de la grecescul „rythmos" care înseamnă curgere cadențată, adică alternarea valorilor și a accentelor și raportul dintre ele.

Acțiunile înfăptuite de noi în viața de toate zilele sînt compuse de o serie întreagă de mișcări diverse ca timp, volum și încordare. Găsirea ritmului just și necesar al unei mișcări corespunzătoare acțiunii, este caracterizată omului care are simțul ritmului bine dezvoltat.

Ritmul muzical dezvoltă atenția și concentrarea lăuntrică. El este necesar pentru însușirea științei de „orientare în spațiu" — individual și colectiv — și ajută la organizarea mișcării ; coordonează acțiunile actorului cu cele ale partenerului și ale întregului colectiv.

Însușirea simțului ritmic dă o mare siguranță, spontaneitate și degajare — relaxare în spațiul scenic ; totodată dezvoltă și precizia, exactitatea în mișcări, coordonînd întreaga desfășurare a actorului pe scenă.

Pentru coordonarea mișcării cu diferite obiecte și formarea unei îndemînări necesare în mînuirea lor, în diverse exerciții, vom folosi orice obiect cu un volum, sau o greutate mai mică. Scopul este mînuirea ușoară și suplă a obiectelor ca : mingi, bastoane, farfurii, pălării, cercuri, etc. Ca și la alte studii, cele de îndemînare cu obiecte se exersează într-un ritm stabilit dinainte, sau cu acompaniament muzical.

Exerciții :

1. Bastonul

— Bastonul sprijinit cu un capăt în palmă, se menține în poziția verticală.
— Bastonul se aruncă ușor dintr-o palmă în alta.

— Bastonul se ține în echilibru pe un deget.
— Bastonul se trece în echilibru pe fiecare deget.
— Bastonul se ține vertical în echilibru pe vîrful piciorului.
— Bastonul se aruncă de pe vîrful piciorului în palmă, păstrîndu-i echilibrul.
— Bastonul este ținut în echilibru pe bărbie sau pe frunte.

Indicații :

Aceste exerciții se pot realiza pe loc, în mers, cu treceri pe genunchi, în culcare, păstrînd mereu echilibrul obiectului. La un nivel mai avansat, se pot întrebuința și obstacole peste care se poate trece, păstrînd menținerea obiectului în echilibru. Un alt exercițiu de îndemînare este învîrtirea bastonului, cu trecerea lui printre degetele mîinii.

2. Mingea. Aruncarea și prinderea mingii

— Mingea se aruncă și se prinde dintr-o mînă în alta.
— Mingea se aruncă în sus și se prinde cu palma întoarsă în jos (cleşte).

Cîte o minge în ambele mîini

— Fiecare mînă aruncă cîte o minge, care se prinde cu mîna cealaltă.
— Mîna dreaptă aruncă mingea în sus, urmată imediat de mîna stîngă ; mingile se prind aproape concomitent.

Aruncarea cu două mingi pe verticală

— În ambele mîini sînt cîte două mingi. Se aruncă și se prind mingile pe rînd.
— Pentru o realizare mai spectaculoasă, o mînă aruncă cu o mică întîrziere.

Aruncarea cu două și trei mingi

— Mîna dreaptă aruncă mingea (printr-o mișcare rotundă) în sus, în mîna stîngă, care în același timp, aruncă mingea spre mîna dreaptă. Prinderea mingilor se face *aproape* în același timp.

Aruncarea cu trei mingi

— În mîna dreaptă avem două mingi, iar în mîna stîngă una. Mîna dreaptă aruncă mingea în sus spre mîna stîngă, în același timp se aruncă cu mîna stîngă mingea, spre dreapta și se prinde prima minge, aruncată de mîna dreaptă ; concomitent mîna dreaptă aruncă a doua minge, care se prinde cu mîna stîngă.

Exerciții în doi cu trei mingi

Doi executanți stau unul lîngă celălalt. Cel din dreapta ține în mîna dreaptă două mingi, iar cel de lîngă el, în mîna stîngă — o minge.
Jocul începe cu cel care ține în mînă două mingi și se execută la fel ca și cu o singură persoană cu trei mingi.

Indicații :

După ce jucătorii și-au însușit aceste simple elemente de îndeminare, se poate încerca pe aceeași bază, aruncarea cercurilor, a farfuriilor și a pălăriilor. Acestora li se dă și o mișcare de rotație în jurul axei lor.

Este indicat ca la început, toate aceste elemente să se execute cu opriri, iar după ce executanții și-au însușit o siguranță mai mare — în continuare.

În final se prind toate obiectele în miini, fără a le lăsa să cadă jos.

Exerciții de coordonare

1

a) Mers lent în ritmul muzicii.
b) Mers lent în același ritm și după încetarea muzicii.
c) Se reia muzica ; se controlează dacă mersul și-a păstrat ritmul dinainte dat.

2

a) Se ascultă muzică și după oprirea acesteia se merge în ritmul dat.
b) Studenții merg liber în spațiu, apoi se opresc și definesc ritmul în care au mers.
c) Studenții hotărăsc de la început ritmul în care vor să meargă.

Indicații :

Mersul se execută și pe suprafețe inclinate.
Se dansează pe muzică ; muzica se oprește (dansul continuă în același ritm).
Se merge sau se dansează, prin schimbarea gradată a ritmului, sau prin alternarea lui.
Trecerea dintr-un ritm în altul dă suplețe în adaptarea scenică.
Ritmul dă caracterul muzicii și al mișcării.

3

Pe o frază muzicală dată se execută următoarele acțiuni :
a) Se urcă și se coboară pe scară.
b) Se ocolește o masă și se sare peste bancă.
c) Se îmbracă haina, pălăria și se aprinde o țigară.
d) Se mătură în cameră, cade o cutie cu obiecte mărunte ; se strînge și se continuă măturatul.

Acțiuni obișnuite

(Se execută într-un ritm susținut, *fără muzică*).

a) Se împăturește un ziar.
b) Se împăturește un prosop.
c) Se împăturește un cearceaf.
d) Executantul se înfășoară într-un cearceaf.

e) La fel ca (a) și dansează.
f) La fel ca (b) și își pune pantofii.
g) La fel ca (c) și se privește în oglindă.
h) La fel ca (d) și deschide ușa cu piciorul.

Indicații :

În timpul exercițiului studentul poate fredona un cîntec, care dă și ritmul acțiunii.

Exerciții de atenție și coordonare

Profesorul execută odată sau de două ori exercițiile de mai jos, în fața clasei.

Studenții privesc atenți, iar pe urmă execută exercițiile din memorie.

1

Stînd cu picioarele apropiate, se duc :
a) Miinile pe șold.
b) Miinile pe umeri.
c) Miinile pe cap.
d) Miinile întinse în sus.

Indicații :

Se execută (a), (b), (c), și (d) cu aplecări și răsuciri.
Se execută în mers.

2

a) { Mîna dreaptă pe șold / Mîna stîngă jos
b) { Mîna dreaptă pe umăr / Mîna stîngă pe șold
c) { Mîna dreaptă pe cap / Mîna stîngă pe umăr
d) { Mîna dreaptă întinsă în sus / Mîna stîngă pe cap
e) { Mîna dreaptă revine pe cap / Mîna stîngă întinsă în sus
f) { Mîna dreaptă pe urmăr / Mîna stîngă revine pe cap
g) { Mîna dreaptă pe șold / Mîna stîngă pe umăr

h) { Mîna dreaptă jos
Mîna stîngă pe șold

i) { Mîna dreaptă jos
Mîna stîngă jos

Indicații :

Se execută cu ochii închiși.
Se execută în mers, cu întoarceri.
Se execută doi cîte doi, față în față, pe pași de vals sau polcă.
Se execută spunînd între timp tabla înmulțirii, sau recitind versuri.

Pătratul

a) Pas cu piciorul drept înainte.
b) Se alătură piciorul stîng.
c) Pas cu piciorul stîng lateral.
d) Se alătură piciorul drept.
e) Pas cu piciorul stîng înapoi.
f) Se alătură piciorul drept.
g) Pas cu piciorul drept lateral.
g) Se alătură piciorul stîng.

Indicații :

Se execută în ritmuri variate.
Se execută cu săritură.
Se poate jongla cu două sau trei mingi, iar pasul continuă.
Se execută în ritm de : vals, polcă, menuet, horă.
Expresia mișcării se schimbă după caracterul muzicii.
Muzica se schimbă pe neașteptate.

Mașina

Stînd pe scaun, cu picioarele apropiate, călcîiul drept ridicat.

a) Timpul 1 : Călcîiul drept bate în podea și se ridică vîrful piciorului stîng.
Timpul 2 : Călcîiul drept se ridică și vîrful piciorului stîng bate în podea.
Timpul 3 : la fel ca timpul (1).
Timpul 4 : la fel ca timpul (2).
b) Timpul 1,2 : Brațul drept se întinde înainte.
Timpul3,4 : Brațul drept se îndoaie cu mîna pe umăr.
c) Timpul 1,2 : Brațul stîng se îndoaie cu mîna pe umăr.
Timpul 3,4 : Brațul stîng se întinde înainte.
d) Timpul 1,2 : Capul privește spre stînga.
Timpul 3,4 : Capul privește înainte.

Indicații :

Se execută în succesiune, după însușirea fiecărui element.
La cererea profesorului, studentul oprește, sau pornește în mișcare, partea indicată.
Se execută și cu recitare pe versuri în ritmul bătăii.
Accentul de pe timpul (1) se păstrează în tot timpul exercițiului.
Nu se grăbește ritmul acțiunii.

1

Bătăi din palme

Joc cu partenerul pentru dezvoltarea simțului ritmic a atenției și a coordonării.
Stînd perechi, față în față.

a) Timpul 1 : Se bate pe coapsă în față, cu ambele mîini.
Timpul 2 : Se bate din palme.
Timpul 3 : Se bate în palmele partenerului.
Timpul 4 : Se bate din palme.
Timpul 5 : Se bate cu palma dreaptă în palma dreaptă a partenerului.
Timpul 6 : Se bate din palme.
Timpul 7 : Se bate cu palma stîngă în palma stîngă a partenerului.
Timpul 8 : Se bate din palme.
b) La fel ca (a), în mers opt pași înainte și opt pași înapoi.
c) La fel ca (a) de la timpul 1—4, iar de la 5—8 pe optimi.
d) La fel ca (c), în mers.

2

Stînd în cerc

a) Timpul 1,2 : Se bate pe coapse și din palme.
Timpul 3 : Se bate lateral, în palma vecinilor, la dreapta și stînga.
Timpul 4 : Se bate din palme.
Timpul 5 : Mîna dreaptă bate pe coapsa stîngă.
Timpul 6 : Se bate din palme.
Timpul 7 : Mîna stîngă bate pe coapsa dreaptă.
Timpul 8 : Se bate din palme.
b) Exercițiul (a) în mers opt pași înainte spre centru și opt pași înapoi.
c) La fel ca (a) de la timpul 1—4, iar de la 5—8 pe optimi.
d) La fel ca (c), în mers spre centru și înapoi.

Indicații :

Exercițiile de mai sus se pot executa la început lent; cu cît studenții și-au însușit mai bine mișcarea și ritmul, se poate accelera. Se realizează un concurs între studenți: cine greșește este eliminat. Ultimii rămași sînt învingătorii. Se cere studenților ca ei să inventeze, pe aceeași temă, ritmuri și variații de pași și formații.

Măsura $\frac{2}{4}$

Baston. Minge

Bastonul este ținut vertical, în mîna dreaptă. Cotul este îndoit.

a) Timpul 1: bastonul se lasă în jos (pe accent).
   Timpul 2: se ridică.

b) La fel ca (a), în mers; pe timpul 1: accent pe piciorul stîng.

Mingea mică

a) Timpul 1: mingea se aruncă în sus.
   Timpul 2: se prinde.

b) La fel ca (a), în mers înainte și înapoi.

Baston și minge

a) Bastonul este ținut vertical în mîna dreaptă, iar mingea — în mîna stîngă:
   Timpul 1: bastonul se lasă în jos pe accent, iar mingea se aruncă în sus.
   Timpul 2: bastonul se ridică, iar mingea se prinde.

b) La fel ca (a) cu patru pași înainte și patru pași înapoi.

c) La fel ca (a), cu patru pași înainte, patru pași cu o învîrtire pe dreapta, patru pași înapoi și patru pași pe loc.

Indicații :

Se execută cu ochii legați.
Se execută în mers pe sîrmă.

Măsura $\frac{3}{4}$

Bastonul este ținut vertical, în mîna dreaptă. Cotul este îndoit.

a) Timpul 1: bastonul se lasă în jos (pe accent).
   Timpul 2: se duce în lateral, dreapta.
   Timpul 3: se ridică la locul de pornire.

b) La fel ca (a), în mers; pe timpul 1: accent pe piciorul stîng.

Indicații :

Se execută bătînd măsura de $\frac{3}{4}$ cu mîna dreaptă; mîna stîngă aruncă mingea în sus, apoi o prinde în doi timpi. La a doua măsură de $\frac{3}{4}$ brațele se întîlnesc sus. Se execută cu ochii legați.

Măsura $\frac{4}{4}$

Baston. Fular

Bastonul este ținut vertical, în mîna dreaptă. Cotul este îndoit.

a) Timpul 1: bastonul se lasă în jos (pe accent).
   Timpul 2: se duce spre piept, la stînga.
   Timpul 3: se duce în lateral, la dreapta.
   Timpul 4: se ridică la locul de pornire.

Indicații :

Mîna stîngă ține un fular. În timp ce bastonul b bate prima măsură de $\frac{4}{4}$ se înfășoară fularul pe gît. La măsura următoare, se scoate fularul de pe gît. Se bate măsura $\frac{4}{4}$. Mîna cealaltă execută cu fularul mișcări rotunde (se șterge geamul).

Coordonare ritmică

Studenții sînt împrăștiați prin sală, în grupuri. Pentru fiecare grup se cîntă o muzică adecvată. De exemplu: un vals, o sîrbă, un marș, sau o polcă.

a) La auzul muzicii, grupul respectiv — pe loc sau în spațiu — se mișcă și dansează cu pași dinainte stabiliți sau improvizați.

b) La intervenția melodiei următore, grupul avizat pornește.

Indicații :

Se dansează în caracterul muzicii.

Ritmul în acțiunea fizică

Muzică în ritm lent	*Acțiune rapidă, accelerată*
a) Ritm lent	se îmbracă
b) Ritm lent	scrie
c) Ritm lent	spală
d) Ritm lent	se spală
e) Ritm lent	citește

Indicații :

Se schimbă ritmul acțiunii în lent, iar ritmul muzicii — în accelerat.

Coordonarea ritmică a mișcării cu sunetul

1

Stînd cu picioarele apropiate

a) Capul se ridică.
b) Capul se lasă în jos ; studentul spune „da".
c) Capul se întoarce din dreapta spre stînga. Studentul spune „nu".

2

Șezînd pe călcîie cu capul aplecat la genunchi și brațele lîngă corp.

a) Se ridică trunchiul.
b) Revenire cu emiterea lungă a vocalei „a" sau „o".
c) Se ridică tot corpul.
d) Revenire cu emiterea lungă a vocalei „a", sau „o".

3

Șezînd pe călcîie cu capul aplecat la genunchi și brațele lîngă corp.

a) Se leagănă trunchiul din dreapta spre stînga cu emiterea lungă a vocalei „e".
b) Piciorul drept este dus înainte pe talpă ; se ridică corpul.
c) Revenire în poziția inițială cu emiterea vocalei „a".

Indicații :

Studenții vor realiza diferite acțiuni care sugerează imediat și sunetul.

De exemplu : Ei intonează :

a) Un marș — un cîntec de marș
b) O legănare a corpului din dreapta spre stînga — un cîntec de leagăn.
c) Se ridică toporul pentru a lovi într-o buturugă. — hei-rup.
d) Se vîslește — se numără : unu, doi.
e) Se sare coarda — se numără : unu, doi, etc.

La toate aceste exerciții, coordonarea mișcării cu vorbirea decurge dintr-o necesitate ; nu este forțată.

Studenții se obișnuiesc să rostească cuvîntul fără a forța, sau fără a se înroși. Respirația decurge natural, din însăși executarea precisă și naturală a mișcării.

Mișcări în canon

Cuvîntul „canon" provine de la grecescul „kanon", care înseamnă regulă, model, prescripție.

După cum în muzică, canonul este o formă polifonică, în care toate vocile execută aceeași melodie, dar nu intră simultan, ci una după alta, tot așa în mișcare, canonul se bazează pe imitația continuă, adică reproducerea succesivă a aceleași mișcări sau gesturi, de către două, sau mai multe persoane, fiecare intrînd înainte ca cea precedentă să fi executat întreaga mișcare (cu o mică întîrziere).

Exerciții în canon

1. Un braț față de celălalt.
2. O persoană față de alta.
3. Un grup față de o persoană.
4. Un grup față de alt grup.

1

Măsura $\frac{3}{4}$

Mîinile sînt în față, în dreptul capului.

a) Timpul 1. { brațul drept se lasă în jos / brațul stîng stă pe loc.
b) Timpul 2. { brațul drept e dus în lateral, spre dreapta. / brațul stîng se lasă în jos.
c) Timpul 3. { brațul drept revine la punctul de pornire. / brațul stîng e dus înăuntru spre dreapta.
d) Timpul 1. { brațul drept se lasă în jos. / brațul stîng revine la punctul de pornire.

Indicații :

Mișcarea se continuă după explicația de mai sus.

Se observă un decalaj în mișcarea celor două brațe, decalaj specific canonului.

2

Cocheta

a) Studenta nr. 1 își deschide poșeta.
Studenta nr. 2 își ține poșeta în mînă.

b) Studenta nr. 1 își scoate și deschide pudriera.
Studenta nr. 2 își deschide poșeta.

c) Studenta nr. 1 se privește în oglindă și se fardează.
Studenta nr. 2 își scoate și deschide pudriera.

d) Studenta nr. 1 închide pudriera și o pune în poșetă.
Studenta nr. 2 se privește în oglindă și se fardează.

e) Studenta nr. 1 își închide poșeta și o pune pe braț.
Studenta nr. 2 închide pudriera și o pune în poșetă.

f) Studenta nr. 1 stă cu brațele întinse lîngă corp
Studenta nr. 2 își închide poșeta și o pune pe braț.

Acest canon de mișcări poate fi realizat și cu 3, 4, 5, studente.
Tema se continuă cu alte improvizații și exemple.

3

Urmărire în pădure

a) Studentul fuge în pădure, urmărind un evadat.
Grupul privește.

b) Studentul sare peste un pîrîiaș.
Grupul fuge prin pădure, urmărind un evadat.

c) Studentul se cațără pe un pom.
Grupul sare peste un pîrîiaș.

d) Studentului i se pare că a zărit evadatul.
Grupul se cațără pe un pom.

e) Craca se rupe și studentul cade în brațele evadatului.
Grupului i se pare că a zărit evadatul.

f) Studentul se trezește (a fost un vis).
Craca se rupe sub grup și acesta cade în brațele evadatului.

g) Studentul stă pe loc.
Grupul se trezește (a fost un vis).

4

La bal

Grupurile dansează într-o sală de bal.

a) Grupul nr. 1 înaintează spre o coloană.
Grupul nr 2 continuă dansul.

b) Grupul nr. 1 ocolește coloana cu mișcări unduitoare.
Grupul nr. 2 înaintează spre o coloană.

c) Grupul nr. 1 urcă pe scări.
Grupul nr. 2 ocolește coloana cu mișcări unduitoare.

d) Grupul nr. 1 salută.
Grupul nr. 2 urcă pe scări.

e) Grupul nr. 1 e invitat la masă.
Grupul nr. 2 salută.

f) Grupul nr. 1 se îmbată.
Grupul nr. 2 e invitat la masă.

g) Grupul nr. 1 începe să cînte.
Grupul nr. 2 se îmbată.

h) Grupul nr. 1 continuă cîntecul.
Grupul nr. 2 începe să cînte, *în canon* cu grupul nr. 1.

Indicații :

Exercițiile (2), (3), (4), se pot executa cu două sau mai multe persoane sau grupuri, care intră rînd pe rînd în canon unele cu celelalte.

Improvizație pe o frază muzicală

Pe o frază muzicală dată, studenții improvizează — justificînd mișcările — o scurtă scenă, în care se include îmbrăcarea (cu palton, fular, pălărie, geantă sau servietă) și plecarea lor. De exemplu :

1

La concert

a) Ieșire din sala de concert, spre garderobă, fredonînd melodia auzită.
b) Primirea hainelor de la garderobă.
c) Îmbrăcarea.
d) Observarea unei cunoștințe și plecarea împreună.

2

La restaurant

a) La masă.
b) Plata.
c) Îmbrăcarea.
d) Plecarea.

Indicații :

Executanții trebuie să-și împartă timpul în așa fel, încît mișcările lor să fie în concordanță cu expresia și durata frazei muzicale.

Aceste exerciții se realizează și într-un ritm accelerat (stil film mut).

Coordonarea mișcărilor pe text

În încheierea acestui capitol vom studia cîteva exerciții, în care coordonarea mișcărilor se va face pe un text recitat — o poezie —, ținîndu-se seama atît de structura poetică a versului (ritm, măsură) cît și de conținutul poetic. În aceste exerciții, mișcarea va trebui să fie „poetică“, executantul să simtă fiorul liric și să-l transmită nu numai prin recitare, ci și prin mișcarea propriu-zisă, care o însoțește.

Ex. 1 *Coordonare pe text. Mișcări simetrice rotunde.*

În ritmul recitării următoarei poezii :

Și dacă ramuri bat în geam
Și se cutremur plopii,
E ca în minte să te am
Și-ncet să te apropii.

Și dacă stele bat în lac
Adîncu-i luminîndu-l,
E ca durerea mea s-o-mpac
Înseninîndu-mi gîndul.

Și dacă norii deși se duc
De iese-n luciu luna,
E ca aminte să-mi aduc
De tine-ntotdeuna.

(*M. Eminescu* — „Și dacă...“)

executanții vor face următoarele mișcări simetrice rotunde :

Strofa I-a — *pe loc :*

vers. I mișcare rotundă cu brațul drept (cerc în afară).

vers. II : mișcare rotundă cu brațul stîng (cerc în afară).

vers. III : mișcare rotundă cu ambele brațe prin față cu oprire scurtă în finalul versului ; capul se ridică urmărind cu privirea brațele ridicate.

vers. IV : închiderea cercului început în versul precedent, lăsarea brațelor în ritm lent, cu aplecarea capului.

Strofa II-a — în deplasare, cu aceeași mișcare.

vers. I—II : mișcare rotundă cu brațul drept, însoțită de patru pași mici.

vers. III—IV : mișcare rotundă cu brațul stîng, însoțită de patru pași.

Strofa III-a — în deplasare, mișcarea în continuare.

vers. I—II : mișcare rotundă cu ambele brațe, cu ridicarea capului și scurtă oprire în finalul versului II, însoțită de patru pași mici.

vers. III—IV : *pe loc*, coborîrea brațelor, cu aplecare pe genunchiul drept și aplecarea capului.

Ex. 2 — *Coordonare pe text. Mișcări simetrice liniare.*

În ritmul recitării textului :

Peste vîrfuri trece luna,
Codru-și bate frunza lin,
Dintre ramuri de arin
Melancolic cornul sună.

Mai departe, mai departe,
Mai încet, tot mai încet,
Sufletu-mi nemîngîiat
Îndulcind cu dor de moarte.

De ce taci, cînd fermecată
Inima-mi spre tine-ntorn ?
Mai suna-vei dulce corn
Pentru mine vreodată ?

(**M. Eminescu — „Peste vîrfuri“**)

executanții vor face următoarele mișcări simetrice liniare :

Strofa I-a:

vers. I : mers înainte patru pași : brațul opus piciorului se întinde înainte.

vers. II : pe loc, ambele brațe întinse înainte, cu zvîcniri din mîini.

vers. III : ambele brațe duse prin față succesiv la dreapta, apoi la stînga, antrenînd și piciorul respectiv printr-o ușoară genoflexiune.

vers. IV : apropierea picioarelor, brațele întinse lateral și lăsate lent în jos, revenire la poziția stînd, inițială.

Strofa II-a

vers. I : pas lateral, printr-o ușoară fandare, spre dreapta, apoi spre stînga.

2

La restaurant

a) La masă.
b) Plata.
c) Îmbrăcarea.
d) Plecarea.

Indicații :

Executanții trebuie să-și împartă timpul în așa fel, încît mișcările lor să fie în concordanță cu expresia și durata frazei muzicale.

Aceste exerciții se realizează și într-un ritm accelerat (stil film mut).

Coordonarea mișcărilor pe text

În încheierea acestui capitol vom studia cîteva exerciții, în care coordonarea mișcărilor se va face pe un text recitat — o poezie —, ținîndu-se seama atît de structura poetică a versului (ritm, măsură) cît și de conținutul poetic. În aceste exerciții, mișcarea va trebui să fie „poetică", executantul să simtă fiorul liric și să-l transmită nu numai prin recitare, ci și prin mișcarea propriu-zisă, care o însoțește.

Ex. 1 *Coordonare pe text. Mișcări simetrice rotunde.*

În ritmul recitării următoarei poezii :

Și dacă ramuri bat în geam
Și se cutremur plopii,
E ca în minte să te am
Și-ncet să te apropii.

Și dacă stele bat în lac
Adîncu-i luminîndu-l,
E ca durerea mea s-o-mpac
Înseninîndu-mi gîndul.

Și dacă norii deși se duc
De iese-n luciu luna,
E ca aminte să-mi aduc
De tine-ntotdeuna.

(M. Eminescu — „Și dacă...")

executanții vor face următoarele mișcări simetrice rotunde :

Strofa I-a — pe loc :

vers. I mișcare rotundă cu brațul drept (cerc în afară).

vers. II : mișcare rotundă cu brațul stîng (cerc în afară).

vers. III : mișcare rotundă cu ambele brațe prin față cu oprire scurtă în finalul versului ; capul se ridică urmărind cu privirea brațele ridicate.

vers. IV : închiderea cercului început în versul precedent, lăsarea brațelor în ritm lent, cu aplecarea capului.

Strofa II-a — în deplasare, cu aceeași mișcare.

vers. I—II : mișcare rotundă cu brațul drept, însoțită de patru pași mici.

vers. III—IV : mișcare rotundă cu brațul stîng, însoțită de patru pași.

Strofa III-a — în deplasare, mișcarea în continuare.

vers. I—II : mișcare rotundă cu ambele brațe, cu ridicarea capului și scurtă oprire în finalul versului II, însoțită de patru pași mici.

vers. III—IV : *pe loc*, coborîrea brațelor, cu aplecare pe genunchiul drept și aplecarea capului.

Ex. 2 — *Coordonare pe text. Mișcări simetrice liniare.*

În ritmul recitării textului :

Peste vîrfuri trece luna,
Codru-și bate frunza lin,
Dintre ramuri de arin
Melancolic cornul sună.

Mai departe, mai departe,
Mai încet, tot mai încet,
Sufletu-mi nemîngîiat
Îndulcind cu dor de moarte.

De ce taci, cînd fermecată
Inima-mi spre tine-ntorn ?
Mai suna-vei dulce corn
Pentru mine vreodată ?

(M. Eminescu — „Peste vîrfuri")

executanții vor face următoarele mișcări simetrice liniare :

Strofa I-a:

vers. I : mers înainte patru pași : brațul opus piciorului se întinde înainte.

vers. II : pe loc, ambele brațe întinse înainte, cu zvîcniri din mîini.

vers. III : ambele brațe duse prin față succesiv la dreapta, apoi la stînga, antrenînd și piciorul respectiv printr-o ușoară genoflexiune.

vers. IV : apropierea picioarelor, brațele întinse lateral și lăsate lent în jos, revenire la poziția stînd, inițială.

Strofa II-a

vers. I : pas lateral, printr-o ușoară fandare, spre dreapta, apoi spre stînga.

vers. II : pas lateral, printr-o ușoară fandare, spre dreapta, cu ridicarea brațului drept și aplecarea capului spre braț — urmat apoi de aceeași mișcare spre stînga.

vers. III : fandare înainte, cu brațele paralel întinse înainte.

vers. IV : aducerea piciorului din urmă, înainte ; brațele se încrucișează pe piept, cu aplecarea capului.

Strofa III-a :

vers. I—II : deschiderea brațelor (lateral) cu o completă întoarcere spre dreapta.

vers. III—IV : întoarcerea în sens opus, cu o mică deplasare și închiderea brațelor pe piept, încrucișate, „în ezitare", fără să le atingem (să nu repetăm poziția brațelor de la începutul strofei).

Ex. 3 — *Coordonare pentru text. Mișcări asimetrice.*

Vom face apel la mișcările însușite mai înainte, la exercițiul intitulat „Mașina". Astfel, în ritmul recitării următoarelor versuri :

Vîntu-o foaie veștejită
Mi-a adus mișcînd fereastra —
Este moartea ce-mi trimite
Fără plic scrisoarea — aceasta.

Voi păstra-o, voi întinde-o
Între foile acele,
Ce le am din alte timpuri
De la mîna dragei mele.

Cum copacu-și uită foaia
Ce pe vînt mi-a fost trimisă,
Astfel ea uitat-o poate
Aste foi de dînsa scrise . . .

(M. Eminescu — „Foaie veștedă")

executanții vor face mișcările exercițiului „Mașina" din două în două silabe :

Strofa I-a :

vers. I : a) timpul 1,2,3,4.
vers. II : b) timpul 1,2,3,4.
vers. III : c) timpul 1,2,3,4.
vers. IV : d) timpul 1,2,3,4.

Reluăm aceleași mișcări în strofa II-a, apoi în strofa III-a.

Ex. 4 — *Coordonare pe text. Mișcări asimetrice.*

Vom relua mișcările de la exercițiul nr. 2 din paragraful intitulat „Atenție, coordonare și izolare".

Astfel în ritmul recitării următoarelor versuri :

Împărat slăvit e codrul,
Neamuri mii îi cresc sub poale,
Toate înflorind din mila
Codrului, Măriei Sale

Lună, Soare și Luceferi
El le poartă-n a lui herb,
Împrejuru-i are dame
Și curteni din neamul Cerb.

Crainici, iepurii cei repezi,
Purtători îi sunt de vești,
Filomele-i țin orchestrul
Și izvoare spun povești . . .

(M. Eminescu — „Povestea codrului")

executanții vor face mișcările exercițiului mai sus indicat, din două în două silabe, în următorul fel :

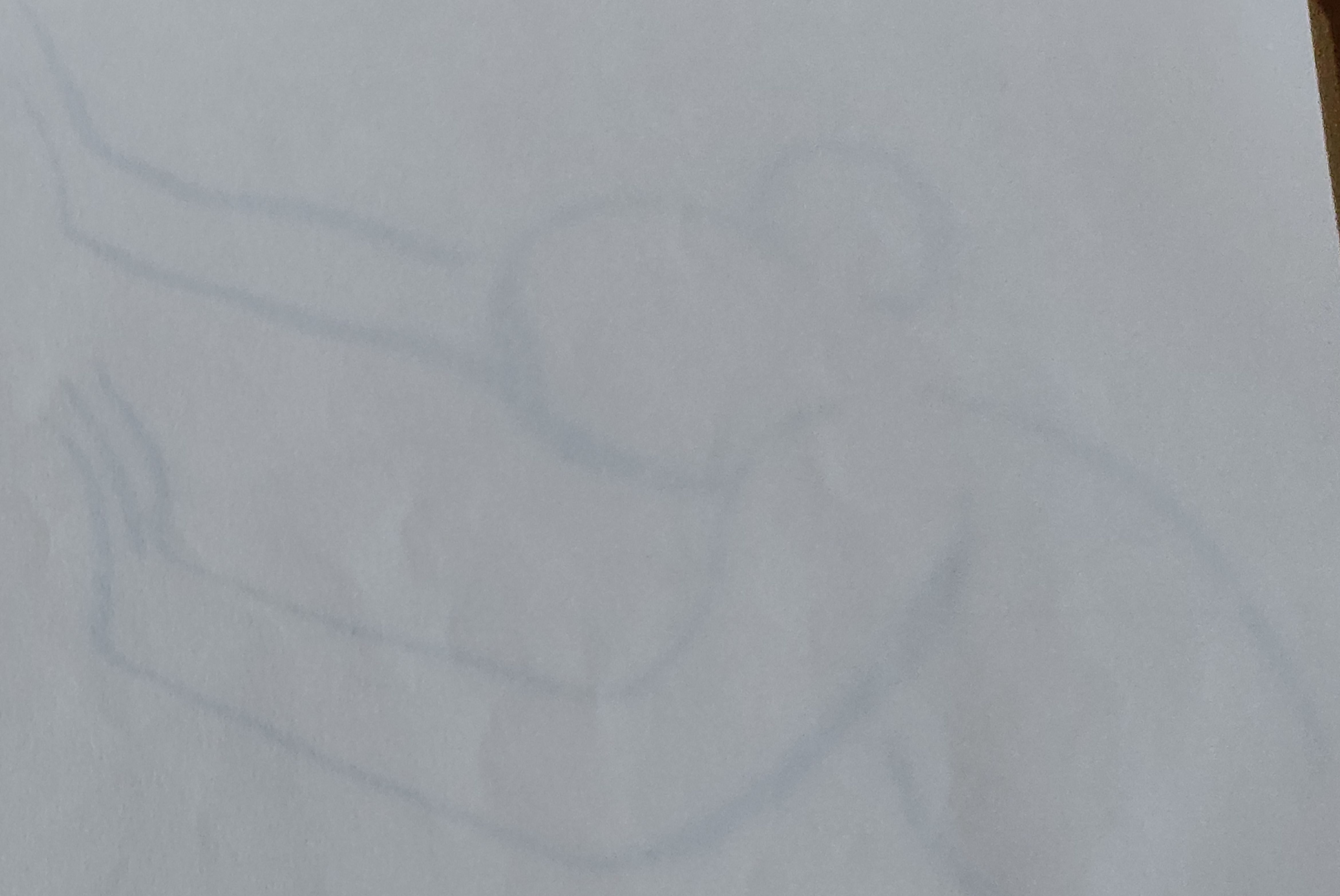
Strofa I-a :

vers. I : mișcările a,b,c,d.
vers. II : mișcările e,f,g,h. (sărim mișcarea i, trecînd direct din poziția h, în poziția a).
vers. III : mișcările a,b,c,d.
vers. IV : mișcările a,b,c,d.

pauza dintre strofa I-a și strofa II-a ; mișcarea i, ceea ce încheie ciclul întreg al mișcărilor exercițiului.

Celelalte 2 strofe sînt identice.

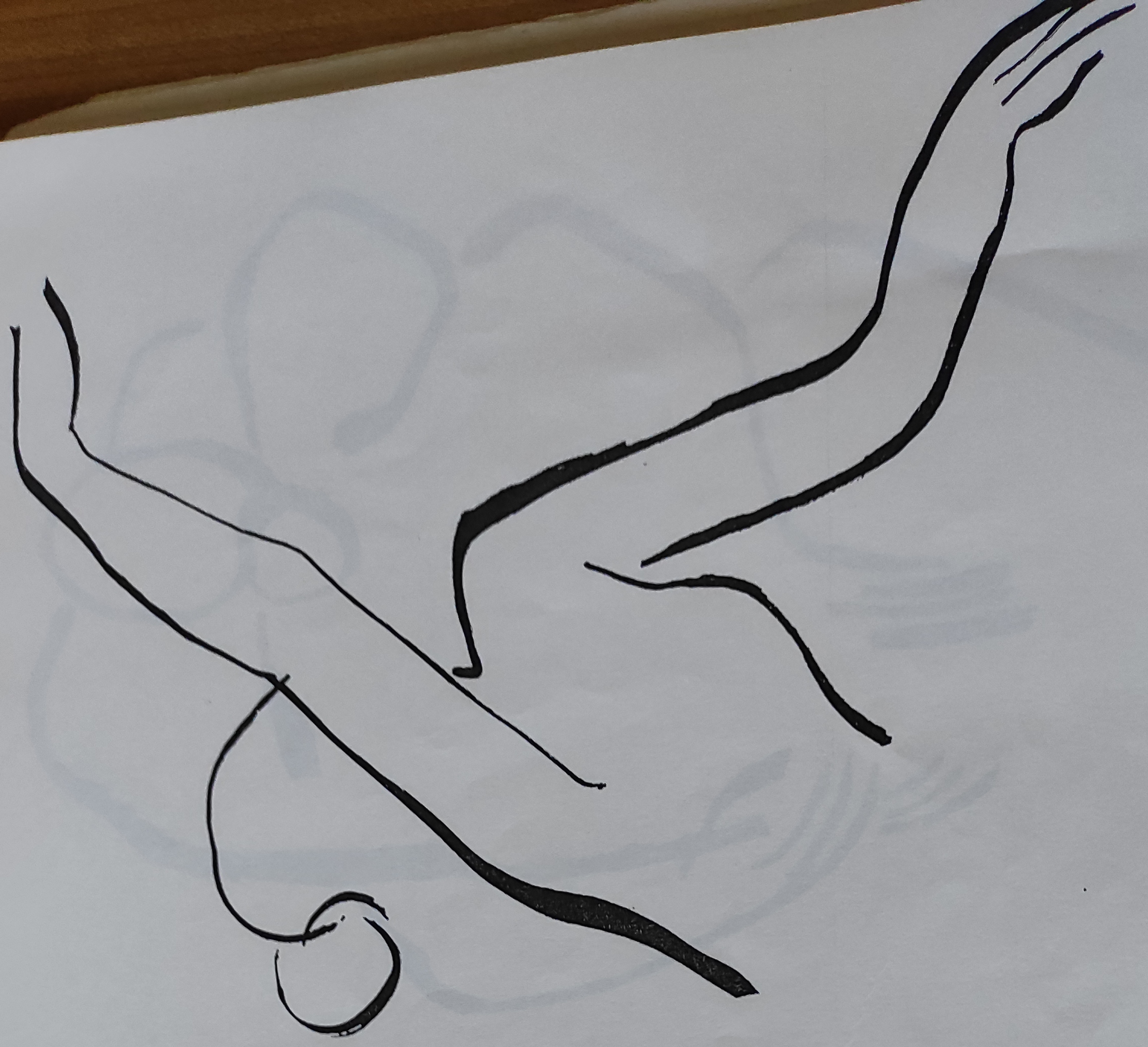
Pauzele dintre strofe : mișcarea i.

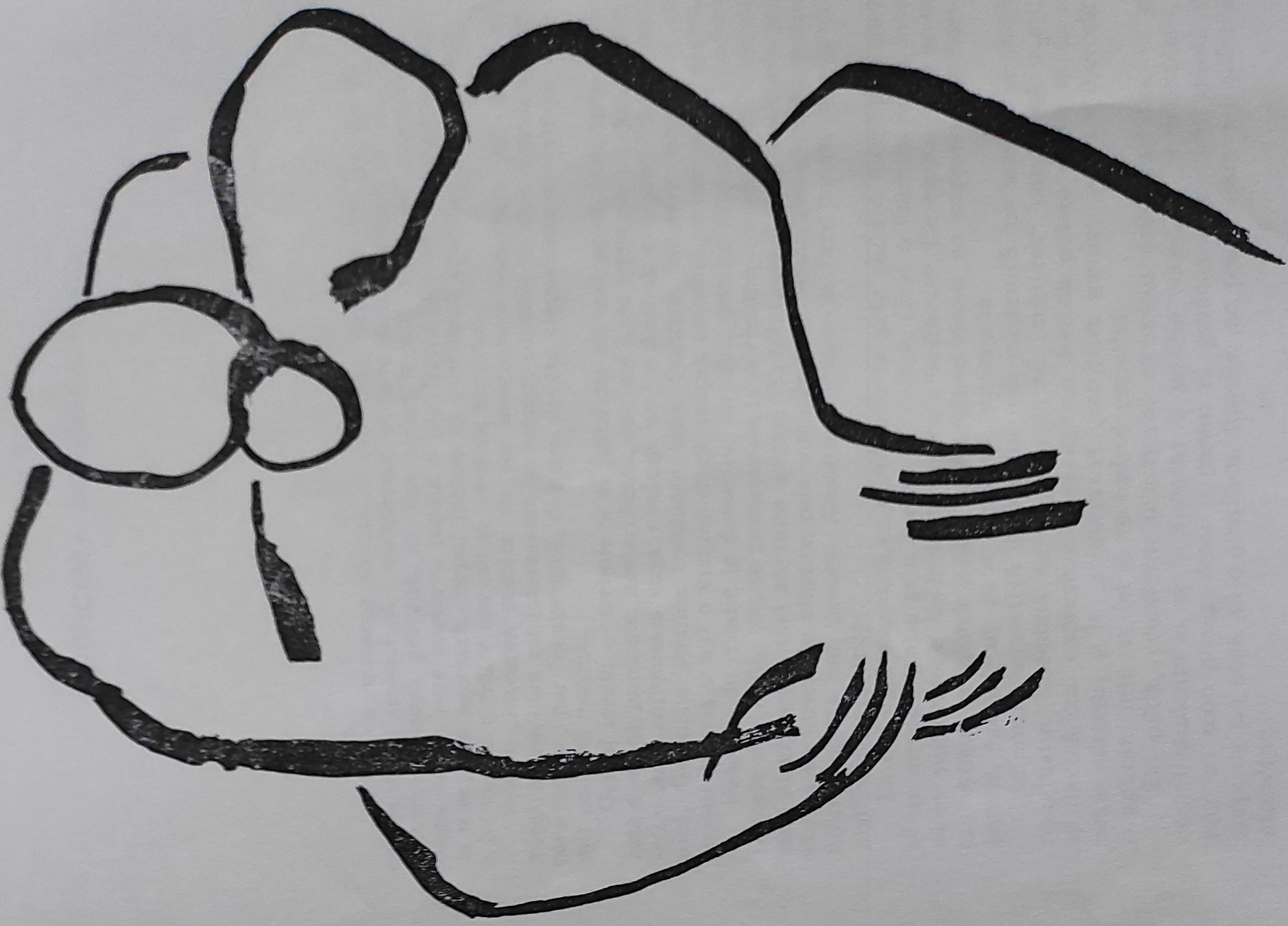


*STUDII DE CREAȚIE ȘI IMPROVIZAȚIE









CAPITOLUL V

JUSTIFICAREA ACȚIUNILOR FIZICE

*

Pentru ca mișcarea scenică a viitorului actor să fie justificată și expresivă, el trebuie să-i stabilească în mod precis scopul, să nu-i dea o formă plastică gratuită, ci una strîns legată de sensul mișcării. În momentul în care mișcarea capătă o justificare precisă, ea este înțeleasă ca o acțiune necesară, corpul începe să vorbească spontan, fiecare parte a lui capătă o trăire intensă și forță de sugestie.

Pentru mișcarea scenică nu ne interesează structura pur fizică a mișcării, așa cum nu interesează în muzică sunetul în sine. Există sunete care izolate, par inexpresive, dar pot deveni impresionante într-un anumit context muzical.

Gestul scenic — trebuie și el justificat cît mai precis. Acțiunea realizată doar pe jumătate, neclarificată, cum ar fi de exemplu un gest neclar, sau o stare sufletească vagă, confuză, nu va dobîndi o expresivitate puternică. Gesturile scenice trebuiesc bine studiate dinainte, în raport cu scopul propus avînd o viziune clară asupra acțiunii pe care o vor sugera.

Procesul de creație în domeniul mișcării scenice este divers și subtil. De cele mai multe ori, se pornește de la o viziune a modului de concretizare în gesturi a unei anumite acțiuni. Treptat, treptat ne apropiem prin studiu de mișcările plastice cele mai adecvate ; contururile lor la început difuze, capătă linii precise. Această precizare se face tocmai prin studiul justificării gesturilor.

Se întîmplă cîteodată ca plimbîndu-ne prin pădure, o crenguță uscată să ne atragă atenția prin forma ei ciudată. Cînd o luăm în mînă, începe să ne sugereze fie un braț cu degetele desfăcute, fie corpul unui animal, etc. Alteori, o piatră găsită la marginea rîului ne sugerează un tors de femeie, sau un cap cu o expresie interesantă.

Impresia respectivă devine tot mai puternică, pe măsură ce lucrează imaginația. Cîteodată simțim nevoia să „corijăm" natura, să o ajutăm să devină mai expresivă. O asemenea metodă putem spune că se întîlnește adeseori și în „sculptarea" gesturilor scenice, pe care încercăm să o aplicăm într-un fel și în cadrul cursului.

De pildă, practicăm următorul exercițiu individual sau în grup : cerem studentului să ia spontan o poziție oarecare, la întîmplare, fără nici un scop precis. Apoi îi cerem să gîndească mișcarea legată de un scop, de un sens, să o justifice. Imediat se poate observa o diferență în atitudine.

De pildă : studentul se apleacă. Apoi gîndește aplecarea ca fiind făcută pentru a apuca ceva de pe jos, sau ca și cum s-ar fi împiedicat de ceva și este gata să cadă, ori dorește să mîngîie un copil, etc. În fiecare caz, mușchii capătă diverse forme, uneori imperceptibil diferite, dar provocînd expresii variate ale corpului. În momentul în care studentul cunoaște sensul acțiunii, intervine controlul muscular și folosește cantitatea necesară de energie. Nu se face risipă de efort de pildă, pentru a ridica o pietricică, dar nici nu se încordează prea puțin mușchii, dacă este vorba de a simula mutarea unui dulap. De asemenea, calitatea expresiei devine diferită după modul în care se justifică gestul.

Profesorul trebuie să ceară studenților ca explicațiile date atitudinilor lor să fie cît mai concrete, cît mai precise, iar realizarea lor, cît mai sugestivă. E necesar să se evite justificarea atitudinilor prin mișcări de dans, studenții recurgînd adesea la asemenea soluții de minim efort.

După ce studenții și-au însușit această primă etapă a temei, adică justificarea atitudinilor putem trece la o a doua etapă, mai complexă, și anume : justificarea unei suite de mișcări. Aceste mișcări pot fi sugerate la început de profesor. El propune o acțiune compusă din trei mișcări diferite iar studenții trebuie să le justifice. De pildă : „Urcați-vă pe scaun, întindeți brațele în sus, priviți în jos". Justificări posibile : „Mă urc pe un scaun, pun o carte pe raftul de sus și îmi aleg o alta de pe un raft mai jos". „Mă urc pe o scară, înșurubez becul lămpii și privind în jos, rog pe cineva să învîrte butonul".

Vom prezenta în cele ce urmează, exercițiile practice. Deocamdată, am dat mai sus doar un scurt exemplu. Este de dorit, ca îndată ce studenții au înțeles, ce anume li se cere, să creeze ei singuri o suită de mișcări și să o justifice.

De asemenea, trebuie să fim atenți, ca *toți studenții* să fie antrenați în executarea exercițiilor (ca de altfel în toate lecțiile de mișcare scenică). Numai astfel clasa avansează în mod unitar, și progresele sînt evidente. Putem observa cu ușurință, că cei care nu participă efectiv la executarea exercițiilor, rămîn totdeauna în urmă.

Exercițiile legate de „justificarea mișcărilor" sînt în strînsă legătură cu cele referitoare la „dezvoltarea imaginației". Imaginația este unul din factorii principali, care ajută la găsirea celor mai justificate acțiuni scenice.

Justificarea acțiunii dă putere de convingere mișcării, duce la alegerea gesturilor cît mai adecvate ideilor și efectelor care vor fi exprimate.

A. *Brațe*

Brațele ca și celelalte părți ale corpului omenesc în mișcare, devin mijloace de exprimare fie a unor stări fizice propriu-zise, fie a unui impuls interior de natură psihică.

Brațele oferă în configurația atît de armonioasă a corpului, elemente de echilibru printr-o poziție simetrică față de corp. Un braț ridicat, o mînă întinsă schimbă echilibrul în raport cu axul median al trunchiului. În consecință, mișcările brațelor, determină puncte de sprijin diferite ale corpului în spațiu.

În studiul mișcării scenice este foarte important ca executanții să devină cît se poate de conștienți și deci să-și poată controla acordarea mișcărilor brațelor cu celelalte părți ale corpului. Astfel se pot executa mișcări de încordare și relaxare, de întindere, lente, rapide, bruște, rotunde, ascuțite ș.a.m.d.

În progresiunea studiului se vor exersa mișcări dictate de stări psihice, pentru că e bine știut, că brațele și mîinile acționează într-o deplină concordanță cu starea noastră interioară. Ele completează și subliniază în mod elocvent exprimarea prin cuvînt a simțirilor și gîndurilor noastre. Ele trădează prin spontaneitatea reacțiilor, temperamente diferite. Căci mîinile pot fi : mînioase, entuziaste, speriate, vesele sau triste, deznădăjduite sau amenințătoare.

În jocul de scenă, brațele și mîinile sînt un element important, care, bine stăpînit, potențează, valorifică recitarea textului.

Ca extremități de mare mobilitate ale corpului, brațele și mîinile intervin în relațiile noastre cu mediul înconjurător. Ele apucă sau mînuiesc obiecte și instrumente, caută, salută, împing, trag.

De o justă dozare a gestului depinde foarte mult jocul actorului, pentru a se face înțeles de public și a-i transmite intențiile sale. Un gest în dezacord cu ideea sau sentimentul, emoția sau acțiunea ce se cer exprimate, introduc confuzie și deci falsifică expresia.

Exerciții în spatele cortinei

Ca un prim exercițiu, ne închipuim o scenă la teatrul de păpuși, unde executantul mînuiește păpușile fără să fie văzut de public. În acest fel studentul dobîndește o mai mare libertate în acțiune, nefiind confruntat direct cu publicul, iar cei care îl privesc (profesorul și restul clasei) pot urmări mai bine acțiunea mîinilor detașate de restul corpului.

În exercițiile din spatele cortinei „teatrului de păpuși imaginar" se începe cu mișcările cele mai elementare.

— o mînă care traversează scena (deasupra cortinei), își face drum de trecere.
Justificare : Un orb care tatonează, sau o persoană care dă perdeaua la o parte.

— Un pumn care se deschide și se închide alternativ.
Justificare : Prinderea unei gîze, sau cerșitul.

— Cu mîinile în sus, palmele cu fața spre spectatori, executantul traversează scena.
Justificare : Gest de predare, sau pentru a exprima „mai stai puțin".

— Mîinile întinse în sus.
Justificare : La plajă ; sau pregătire pentru operație etc.

Indicații :

În toate aceste exerciții, justificarea lor cere schimbarea ritmului, a intensității și a accentelor în vederea plasticității și expresivității.

Exerciţii executate pe loc

— Bătăi din palme.
Justificare : aplauze, bucurie.

— Cu braţele întinse, palmele în jos agitate uşor.
Justificare : chemarea cuiva, indicarea să se lase mai jos.

— Antebraţele unul peste celălalt rezemate de cortină. Mîna de deasupra execută bătăi lente.
Justificare : plictiseala, gonirea unei gîze.

— Mîna cu mişcări accelerate.
Justificări : nerăbdare, nervozitate.

Exerciţii cu fiinţe sau obiecte imaginare
(În deplasare)

— Palmele suprapuse în aceeaşi direcţie, mişcate lateral de-a lungul cortinei — lent şi cu opriri.
Justificări : împingerea unui obiect, darea cuiva la o parte.

— Mîinile prind şi trag de-a lungul cortinei.
Justificări : se şterge o sîrmă murdară, se trage o perdea.

— Braţul stîng uşor îndoit înainte, braţul drept depărtat lateral cu mişcări mari, se îndoaie şi se întinde.
Justificări : gest de ocrotire, de invitare a cuiva, de arătare a drumului.

— Braţele îndoite, cu mîinile suprapuse spre înăuntru, în trecere lentă de-a lungul cortinei.
Justificări : un copil ţinut în braţe, ferirea cu cotul a unui obiect ţinut în braţe.

Exerciţii cu fiinţe sau obiecte imaginare
(pe loc)

— Braţul stîng îndoit înainte, mîna dreaptă se învîrteşte în jurul lui.
Justificări : bandajarea braţului, înfăşurarea unui ghem.

— Braţele întinse cu palmele în jos, degetele coboară şi se ridică.
Justificări : se cîntă la pian, se bate în masă cu nerăbdare.

— Mîinile faţă-n faţă, cu palmele rotunde spre interior execută răsuciri în sensuri contrarii.
Justificări : deschiderea unei cutii, ştergerea unui pahar.

— Braţele întinse înainte, mîinile execută mici scuturări.
Justificări : se scutură un prosop, sau o persoană.

Indicaţii :

Aceste exerciţii se execută mai întîi strict tehnic, pentru înţelegerea mişcării şi apoi cu justificări, în care se variază ritmul, intensitatea şi accentele, în raport cu sensul mişcării.

Compunerea mişcărilor în vederea executării unor mici teme
(În spatele cortinei cu obiecte imaginare)

Tema : Scrisoarea

a) Se ia o hîrtie, se scoate stiloul.
b) Stiloul nu scrie, e scuturat uşor dar nu are cerneală.
c) Se ia sticla cu cerneală, se scoate dopul, se introduce stiloul, se umple şi sticla e pusă la loc.
d) Stiloul scrie şi se începe scrisoarea.

Indicaţii :

În aceste scurte acţiuni temele variază prin motivări aduse de fiecare student : scrisoare de dragoste, scrisoare de afaceri, scrisoare către un superior ş.a.m.d. Scrise calm, cu nervozitate, pe furiş, cu satisfacţie.

Exerciţii la paravan

Urmînd acelaşi scop ca şi la exerciţiul anterior, se pot executa mişcări cu mîinile şi braţele în faţa unui paravan îngust în spatele căruia se află executantul.

— Braţele întinse înainte se încrucişează cuprinzînd paravanul.
Justificări : îmbrăţişare, frig.

— Braţele întinse înainte depărtate lateral.
Justificări : înaintarea prin mulţime, înot.

— Braţele întinse pe diagonală, dreptul sus, stîngul jos.
Justificări : entuziasm, vînzarea ziarelor.

— Braţele sus, uşor depărtate deasupra capului.
Justificări : implorare, disperare.

Improvizaţie la paravan

Tema : Oratorul

a) Studentul din spatele paravanului, care îl acoperă în întregime, întinde braţele în faţa paravanului.
Salută cu ambele mîini mulţimea.
b) Face gesturile de potolire a aplauzelor.

c) Începe discursul.
d) Continuă discursul.
e) Sfîrșește discursul.
f) Ieșirea de pe podium, prin rotirea corpului cu spatele la paravan și incrucișarea brațelor în fața paravanului.

Indicații :

Fiecare student variază executarea improvizației după natura discursului și temperamentului oratorului.
Pentru a realiza tema întreagă e necesar să se studieze amănunțit fiecare moment care o compune, tehnic și ca expresie.

B. *Picioare*

Se trage o perdea de la un capăt la celălalt al scenei, în așa fel incît să rămînă descoperite numai picioarele de la mijlocul gambei în jos. Studentul execută traversările pe scenă în apropierea perdelei, sau la o mică depărtare de ea. Se fac exerciții de mișcări ale picioarelor, care să exprime anumite stări și situații. Astfel, pașii pot fi hotărîți sau șovăielnici, exuberanți sau triști, obosiți sau stenici, tineri sau bătrîni; pot trece prin ploaie, prin noroi, nisip sau zăpadă; se pot plimba, aștepta, alerga.
Exercițiul poate imagina și situații create între două, sau mai multe persoane : o urmărire, întoarcerea de la o petrecere, întîlnirea dintre o fată și un băiat ș.a.m.d.
Deoarece exercțiile nu sînt însoțite de cuvînt, nici de muzică și privitorilor li se transmite intenția executantului numai prin jocul picioarelor, mișcările acestora vor fi foarte atent studiate pentru obținerea justificării necesare.
Studiul se începe cu cele mai simple exercitții.

1. **Traversări**

— O traversare cu pași hotărîți.
— O traversare cu pași lenți.
— O traversare grăbită.
— O traversare vioaie.
— O traversare tristă.
— O traversare cochetă.

2. **Mersul de-alungul perdelei de la un cap la celălalt și înapoi**

— Un mers care exprimă așteptarea.
— Un mers care exprimă neliniștea.
— Un mers care exprimă ezitarea.
— Un mers care exprimă timiditatea.

3. **Mersul cu încălțăminte imaginară diferită**

— Pantofi obișnuiți.
— Pantofi cu tocuri înalte.
— Bocanci.
— Încălțăminte prea strîmtă sau prea largă.

4. **Mers cu justificări variate**

— Urmărire.
— Atacare.
— Infirmitate.
— Beție.
Improvizație în spatele perdelei.

Cunoștință făcută în parc

a) Ea stă pe o bancă (pantofii sînt noi).
b) El vine din depărtare.
c) O vede.
d) Se apropie cu timiditate.
e) Ea îl remarcă.
f) El se așează lîngă ea.
g) Ea se depărtează.
h) El devine insistent.
i) Ea se apropie.
j) El se lipește de ea.
k) Ea îl calcă cu tocul pantofului.
l) El tresare de durere.
m) Ea fuge.
n) El dispare urcîndu-se cu picioarele pe bancă.

Indicații :

Variațiile sînt la libera interpretare a studenților, care pot da improvizației o nuanță comică, duioasă, demodată, ș.a.m.d.

Bältoaca

Se execută o improvizație pe tema mersului prin ploaie.
a) Pașii executantului sugerează mersul atent prin ploaie.
b) Saltul peste băltoace.
c) Restabilirea echilibrului pe locul mai uscat.

c) Începe discursul.
d) Continuă discursul.
e) Sfîrşeşte discursul.
f) Ieşirea de pe podium, prin rotirea corpului cu spatele la paravan şi încrucişarea braţelor în faţa paravanului.

Indicaţii :

Fiecare student variază executarea improvizaţiei după natura discursului şi temperamentului oratorului.
Pentru a realiza tema întreagă e necesar să se studieze amănunţit fiecare moment care o compune, tehnic şi ca expresie.

B. *Picioare*

Se trage o perdea de la un capăt la celălalt al scenei, în aşa fel încît să rămînă descoperite numai picioarele de la mijlocul gambei în jos. Studentul execută traversările pe scenă în apropierea perdelei, sau la o mică depărtare de ea. Se fac exerciţii de mişcări ale picioarelor, care să exprime anumite stări şi situaţii. Astfel, paşii pot fi hotărîţi sau şovăielnici, exuberanţi sau trişti, obosiţi sau stenici, tineri sau bătrîni ; pot trece prin ploaie, prin noroi, nisip sau zăpadă ; se pot plimba, aştepta, alerga.
Exerciţiul poate imagina şi situaţii create între două, sau mai multe persoane : o urmărire, întoarcerea de la o petrecere, întîlnirea dintre o fată şi un băiat ş.a.m.d.
Deoarece exercţiile nu sînt însoţite de cuvînt, nici de muzică şi privitorilor li se transmite intenţia executantului numai prin jocul picioarelor, mişcările acestora vor fi foarte atent studiate pentru obţinerea justificării necesare.
Studiul se începe cu cele mai simple exercitţii.

1. Traversări

— O traversare cu paşi hotărîţi.
— O traversare cu paşi lenţi.
— O traversare grăbită.
— O traversare vioaie.
— O traversare tristă.
— O traversare cochetă.

2. Mersul de-alungul perdelei de la un cap la celălalt şi înapoi

— *Un mers care exprimă aşteptarea.*
— *Un mers care exprimă neliniştea.*
— *Un mers care exprimă ezitarea.*
— *Un mers care exprimă timiditatea.*

3. Mersul cu încălţăminte imaginară diferită

— Pantofi obişnuiţi.
— Pantofi cu tocuri înalte.
— Bocanci.
— Încălţăminte prea strîmtă sau prea largă.

4. Mers cu justificări variate

— Urmărire.
— Atacare.
— Infirmitate.
— Beţie.
Improvizaţie în spatele perdelei.

Cunoştinţă făcută în parc

a) Ea stă pe o bancă (pantofii sînt noi).
b) El vine din depărtare.
c) O vede.
d) Se apropie cu timiditate.
e) Ea îl remarcă.
f) El se aşează lîngă ea.
g) Ea se depărtează.
h) El devine insistent.
i) Ea se apropie.
j) El se lipeşte de ea.
k) Ea îl calcă cu tocul pantofului.
l) El tresare de durere.
m) Ea fuge.
n) El dispare urcîndu-se cu picioarele pe bancă.

Indicaţii :

Variaţiile sînt la libera interpretare a studenţilor, care pot da improvizaţiei o nuanţă comică, duioasă, demodată, ş.a.m.d.

Băltoaca

Se execută o improvizaţie pe tema mersului prin ploaie.
a) Paşii executantului sugerează mersul atent prin ploaie.
b) Saltul peste băltoace.
c) Restabilirea echilibrului pe locul mai uscat.

d) Îndoirea genunchilor.

e) Apariția unor picioare mai mici, care se lasă cu prudență pe pămînt, sugerind coborîrea de pe spatele primului executant.

f) Cei doi pleacă, ținîndu-se de mînă.

Indicații :

Exercițiul trebuie executat fără ca să se simtă existența partenerului de pe spatele primului executant. Surpriza celei de a doua apariții este astfel mai mare.

Pe teren accidentat

Se execută pași care să sugereze urcușul, coborîrea, ocolirea și saltul unor obstacole imaginare. La un moment dat, studentul, folosind un baston real pe care-l ținea ascuns, se reazimă în el și iese din scenă cu un salt mare.

Indicații :

Se variază exercițiul în raport cu interpretarea pe care studentul o dă personajului pe care-l reprezintă : agil, greoi, speriat, înfrigurat.

C. *Corp*

În aceste exerciții nu se mai folosesc nici cortine, nici paravan ; corpul se oferă în întregime privitorilor și studentul trebuie să-și coordoneze mișcările în vederea unei unități expresive.

— Mers pe vîrfurile picioarelor.
Justificări : tocuri înalte, păstrarea liniștei, curiozitatea de a vedea mai departe.

— Mers pe călcîie.
Justificări : frige nisipul, să se piardă urma, să nu fie udată podeaua.

— Mers cu un picior întins.
Justificări : piciorul amorțit, să nu fugă firul de la un ciorap, pietricica pe vîrful piciorului la șotron.

— Mers fandat.
Justificări : pentru a urmări pe cineva, pentru a măsura spațiul, în lupta cu spada.

— Mers ghemuit.
Justificări : în ploaie, la derularea unui covor, pentru ascundere.

— Mers în patru labe.
Justificări : se caută ceva pe jos, se trece peste un podeț, jocul cu copiii.

— Mers cu ochii închiși.
Justificări : cerșetorul orb, jocul de-a „baba oarba".

— Mers cu opriri neașteptate și întoarceri.
Justificări : îngîndurare, privirea vitrinelor, urmărit de cineva.

Justificarea acțiunilor fizice
pe tema : Ascultare

Sînt mișcări în care acționează în special capul subordonînd celelalte părți ale corpului.

a) Se ascultă la o ușă.

b) Zgomotul vine din toate direcțiile.

c) Se ascultă în poziția „așezat" un zgomot venit dinspre fereastră.

d) Se așteaptă venirea cuiva, care trebuie să comunice o veste plăcută.

e) Se ascultă întrerupînd cititul.

f) Se ascultă în timpul îmbrăcării.

g) Un zgomot în timpul scrierii unei scrisori.

Indicații :

Executanții pot varia mișcările în raport cu semnificația pe care o dau zgomotului auzit : se poate asculta cu frică, cu speranță, cu curiozitate, distrat, cu plăcere, nerăbdător.

Justificarea acțiunilor fizice, ca o reacție la acțiunea altor personaje.

Reacție la acțiunea altor personaje

a) Se întinde o mînă.

b) Se oferă un obiect.

c) Se primește o lovitură.

d) Se ajută la transportarea unui obiect.

Indicații :

Prin acțiunile sale, studentul își justifică atitudinea față de unul sau mai mulți parteneri, indicînd acceptarea, refuzul, riposta cu diversele nuanțe psihice și sociale (violență, blîndețe, politețe, vulgaritate).

D. *Teme cu diferite atitudini*

Ca o variație în cadrul exercițiilor de justificare a acțiunilor fizice, se introduce un intermezzo avînd un caracter de spontaneitate. Unul din studenți este solicitat să se urce pe scenă și să execute o mișcare oarecare la libera lui alegere. Rămînînd în poza aleasă, ceilalți studenți

— fiecare în parte — vor găsi o justificare a acestei poze. Cum desigur interpretările vor varia, studentul executant își va adapta poza la justificarea dată de fiecare student. După justificarea ultimului student, executantul coboară de pe scenă și un altul îi ia locul.

Este un bun prilej de a stimula spontaneitatea, inventivitatea și colaborarea în clasă.

Justificarea atitudinii cu acțiune fizică indicată de profesor — exemple :

1. Stînd cu picioarele ușor depărtate, brațele întinse lateral.

Studentul este liber ca în această poziție să execute ușoare încordări, relaxări sau impulsuri, justificîndu-și de fiecare dată acțiunea.

De exemplu :

— Stă în soare să se bronzeze.
— Așteaptă cu brațele deschise pe cineva.
— Încearcă un costum.

2. În ghemuire cu brațele întinse.

Justificări posibile :

— Pregătirea pentru o săritură.
— Alunecarea cu schiurile.
— E tras de cineva pe gheață.
— Se ascunde prin tufișuri.

3. Stînd pe piciorul drept puțin îndoit, piciorul stîng ridicat și îndoit peste celălalt ținut cu ambele miini.

Justificări :

— Și-a înțepat piciorul.
— Se uită dacă pantoful e rupt.
— Stă pe un scaun.
— Echilibristică.

4. Stînd cu picioarele ușor depărtate, extensie din trunchi cu brațele întinse înapoi.

Justificări :

— Se ferește.
— Trage un obiect greu.
— Stă sub ploaie, sau sub soare.
— E o pasăre.

Indicații :

Toate aceste exerciții cu acțiuni fizice simple, pot servi ca puncte de plecare pentru dezvoltarea unor teme scurte. De exemplu :

— „Așteptînd cu brațele deschise“ se dezvoltă o temă de dragoste.
— „Se ascunde prin tufișuri“ — se dezvoltă în temă panica urmăririi.
— „Echilibristică“ — se dezvoltă pe o temă de circ.
— „Pasărea“ — se dezvoltă pe tema zborului.

Răsucirea trunchiului

Se începe cu exerciții avînd un caracter pur fizic.
Stînd cu picioarele apropiate.

a) Se întoarce capul spre dreapta și revenire.

b) Se întoarce capul spre dreapta, cu răsucirea trunchiului în aceeași direcție și revenire.

c) Se întoarce tot corpul cu un pas spre dreapta și revenire.

d) La fel ca (c), dar cu întoarcerea în întindere, antrenînd brațele, sau îndoire cu aplecare.

După executarea acțiunilor fizice se reia fiecare exercițiu în parte, cu justificări la alegerea studentului.

De exemplu :

a) Întoarce capul după cineva.
b) Se privește în oglindă.
c) Vrea să se întoarcă dar se răzgîndește.
d) Ia haina din cuier sau își leagă șireturile de la pantofi.

Exercițiile (a), (b), (c) și (d) se pot executa și în succesiune cu diferite justificări.

De exemplu :

a) Se aude un zgomot în liniștea odăii ; executantul întoarce capul, nu e nimic. Revine.

b) Zgomotul persistă, se întoarce să vadă mai bine ce s-a întîmplat ; i s-a părut. Revine.

c) Se întoarce din nou cu un pas înapoi ; atunci pisica sare pe dulap și executantul speriat. Revine.

d) Se întoarce, se întinde spre dulap, ia pisica și o pune jos. Revine.

Indicații :

Desigur că aceleași acțiuni fizice vor căpăta un alt ritm, intensități și accente diferite, în raport cu justificarea.

Acest exercițiu se poate executa și șezînd pe scaun, sau pe podea, cu ridicare și așezare.

Spatele rotund

Ca și la studiul precedent, exercițiile cu caracter pur fizic — după ce au fost bine însușite — sînt reluate în vederea unor justificări la alegerea executantului.

— fiecare în parte — vor găsi o justificare a acestei poze. Cum desigur interpretările vor varia, studentul executant își va adapta poza la justificarea dată de fiecare student. După justificarea ultimului student, executantul coboară de pe scenă și un altul îi ia locul.

Este un bun prilej de a stimula spontaneitatea, inventivitatea și colaborarea în clasă.

Justificarea atitudinii cu acțiune fizică indicată de profesor — exemple :

1. Stînd cu picioarele ușor depărtate, brațele întinse lateral.

Studentul este liber ca în această poziție să execute ușoare încordări, relaxări sau impulsuri, justificîndu-și de fiecare dată acțiunea.

De exemplu :

— Stă în soare să se bronzeze.
— Așteaptă cu brațele deschise pe cineva.
— Încearcă un costum.

2. În ghemuire cu brațele întinse.

Justificări posibile :

— Pregătirea pentru o săritură.
— Alunecarea cu schiurile.
— E tras de cineva pe gheață.
— Se ascunde prin tufișuri.

3. Stînd pe piciorul drept puțin îndoit, piciorul stîng ridicat și îndoit peste celălalt ținut cu ambele miini.

Justificări :

— Și-a înțepat piciorul.
— Se uită dacă pantoful e rupt.
— Stă pe un scaun.
— Echilibristică.

4. Stînd cu picioarele ușor depărtate, extensie din trunchi cu brațele întinse înapoi.

Justificări :

— Se ferește.
— Trage un obiect greu.
— Stă sub ploaie, sau sub soare.
— E o pasăre.

Indicații :

Toate aceste exerciții cu acțiuni fizice simple, pot servi ca puncte de plecare pentru dezvoltarea unor teme scurte. De exemplu :

— „Așteptind cu brațele deschise" se dezvoltă o temă de dragoste.
— „Se ascunde prin tufișuri" — se dezvoltă în temă panica urmăririi.
— „Echilibristică" — se dezvoltă pe o temă de circ.
— „Pasărea" — se dezvoltă pe tema zborului.

Răsucirea trunchiului

Se începe cu exerciții avînd un caracter pur fizic.

Stînd cu picioarele apropiate.

a) Se întoarce capul spre dreapta și revenire.

b) Se întoarce capul spre dreapta, cu răsucirea trunchiului în aceeași direcție și revenire.

c) Se întoarce tot corpul cu un pas spre dreapta și revenire.

d) La fel ca (c), dar cu întoarcerea în întindere, antrenînd brațele, sau îndoire cu aplecare.

După executarea acțiunilor fizice se reia fiecare exercițiu în parte, cu justificări la alegerea studentului.

De exemplu :

a) Întoarce capul după cineva.
b) Se privește în oglindă.
c) Vrea să se întoarcă dar se răzgîndește.
d) Ia haina din cuier sau își leagă șireturile de la pantofi.

Exercițiile (a), (b), (c) și (d) se pot executa și în succesiune cu diferite justificări.

De exemplu :

a) Se aude un zgomot în liniștea odăii ; executantul întoarce capul, nu e nimic. Revine.

b) Zgomotul persistă, se întoarce să vadă mai bine ce s-a întîmplat ; i s-a părut. Revine.

c) Se întoarce din nou cu un pas înapoi ; atunci pisica sare pe dulap și executantul speriat. Revine.

d) Se întoarce, se întinde spre dulap, ia pisica și o pune jos. Revine.

Indicații :

Desigur că aceleași acțiuni fizice vor căpăta un alt ritm, intensități și accente diferite, în raport cu justificarea.

Acest exercițiu se poate executa și șezînd pe scaun, sau pe podea, cu ridicare și așezare.

Spatele rotund

Ca și la studiul precedent, exercițiile cu caracter pur fizic — după ce au fost bine însușite — sînt reluate în vederea unor justificări la alegerea executantului.

a) Mers cu brațele la piept; capul, umerii, spatele se rotunjesc succesiv.

b) La fel ca la (a) dar cu o mai accentuată aplecare a trunchiului și urcare pe trepte.

c) La fel ca la (a) cu o fandare mare.

d) Același mers ca la (a), dar cu brațele libere.

Justificări posibile:

a) oboseală, frig.

b) urcarea scării cu un copil în brațe.

c) un sac greu pe spate.

d) depresiune.

Exercițiile (a), (b), (c) și (d), se pot executa în succesiune și cu justificări.

De exemplu:

a) Cu mîinile la piept, se ascunde un obiect încredințat.

b) Urcarea treptelor cu povara în brațe.

c) Ascunderea obiectului încredințat.

d) Îngrijorare față de soarta obiectului părăsit.

Indicații:

Ritmul poate varia, intervenind întoarceri, opriri și ocolirea unor obstacole reale și imaginare.

Memorizare și justificare

Executanții stau unul lîngă altul.

a) Executantul nr. 1 execută o mișcare oarecare. De exemplu: cu brațul drept descrie un cerc deasupra capului.

b) Executantul nr. 2 repetă mișcarea primului și duce brațul stîng întins înainte.

c) Executantul nr. 3 repetă exercițiile făcute de primii doi, completînd acțiunea cu o fugă înainte.

d) Executantul nr. 4 repetă exercițiile anterioare în succesiunea lor și sare peste o bancă reală sau imaginară.

Scopul acestui exercițiu este de a dezvolta memorizarea acțiunilor fizice, ca și spontaneitatea în completarea acțiunilor memorizate. După însușirea lor se execută aceleași acțiuni fizice cu justificări.

Dezvoltarea acțiunii de la executant la executant

a) Executantul nr. 1 sare peste băltoace.

b) Executantul nr. 2 scoate un ziar din buzunar, și-l pune pe cap și continuă mersul pe sub streașină.

c) Executantul nr. 3 ocolește băltoacele, ajunge la stația de tramvai și urcă.

d) Executantul nr. 4 se scutură de apă și ia un bilet, introducînd banii în automat.

e) Executantul nr. 5 vrea să ridice biletul care a căzut și s-a murdărit.

f) În aplecarea lui, executantul nr. 6 încurcă lumea, vrea să treacă.

g) În sfîrșit, executantul nr. 7 ridică biletul, înaintează și coboară. Ploaia a încetat.

Indicații:

Toți executanții trebuie să execute mișcările în același stil, astfel încît să pară că acțiunea este realiaztă de același om.

Executanții sînt foarte atenți, pentru ca — la rîndul lor — să continue, dezvoltînd acțiunea, fiecare după imaginația lui, dar cît mai logic.

De exemplu:

a) Brațul drept face un gest de chemare.

b) Brațul drept repetă gestul de la (a) iar cel stîng arată direcția.

c) La fel ca (b) cu o fugă spre locul arătat.

c) La fel ca (c) încheind exercițiul cu saltul peste un obstacol.

Indicații:

Exercițiul se poate executa și cu mai mulți studenți. Justificarea poate căpăta nuanțe de ordin psihic. Se dă o mare atenție atît memorizării acțiunilor anterioare cît și originalității în completarea acțiunii.

Acțiuni fizice pe obstacole

a) Săritură de pe o ladă.

b) Mersul pe vîrful picioarelor.

c) Tîrîre pe jos.

d) Tîrîre pe genunchi.

e) Cățărare pe spalier.

f) Săritură jos cu ghemuire.

Cînd acțiunile fizice au fost bine însușite, se repetă cu justificări la libera alegere a studenților.

De exemplu:

a) Săritură de pe gard într-o grădină.

b) Înaintare pe vîrfuri ca să nu fie auzit.

c) Tîrîre ca să nu fie văzut.

d) Ridicare în genunchi și tîrîre mai departe.

e) Cățărare în copac, pentru a scăpa de urmărire.

f) Săritură dincolo de gard și ascundere.

Acțiuni fizice cu obstacole și frînghie

Ca și exercițiul precedent, după însușirea acțiunilor se repetă cu justificare.

Executantul, avînd o frînghie (coardă) în mînă, fixează prin aruncare un capăt al frînghiei de partea de sus a unui practicabil (scară, zid, balcon).

Exerciții fizice	*Justificări posibile*
— Cățărare pe practicabil	— Cățărare pe o stîncă
— Săritură pe ladă	— Ajunge pe un platou
— Pierderea echilibrului, cădere cu rostogolire	— Pierderea echilibrului și căderea cu rostogolire
— Ghemuire încordată urmată de relaxare	— Reacție la durere

Justificarea exercițiilor folosind obiecte imaginare de transformare

Indicații :

Cu acest exercițiu este pusă la încercare fantezia executantului, care trebuie să înțeleagă din mînuirea precedentului ce obiect a reprezentat acesta și să justifice spontan și viitoarea ipostază.

Schimbarea acțiunii în funcție de semnificația dată obiectului

E folosit ca un baston căruia i se atribuie justificări diferite ca :

— Pușcă
— Sabie
— Fluier
— Bucium
— Ciomag

În raport cu semnificația dată bastonului, se execută scurte acțiuni ca :

— Executantul intră în scenă cu pușca pe umăr, vede o pasăre și o ochește.
— Este atacat de cineva, se apără cu sabia, este rănit și cade.
— Culcat lîngă un copac, cîntă din fluier.
— Aude un ecou, se ridică și răspunde cu buciumul.
— Obosit, se sprijină de un ciomag.

Indicații :

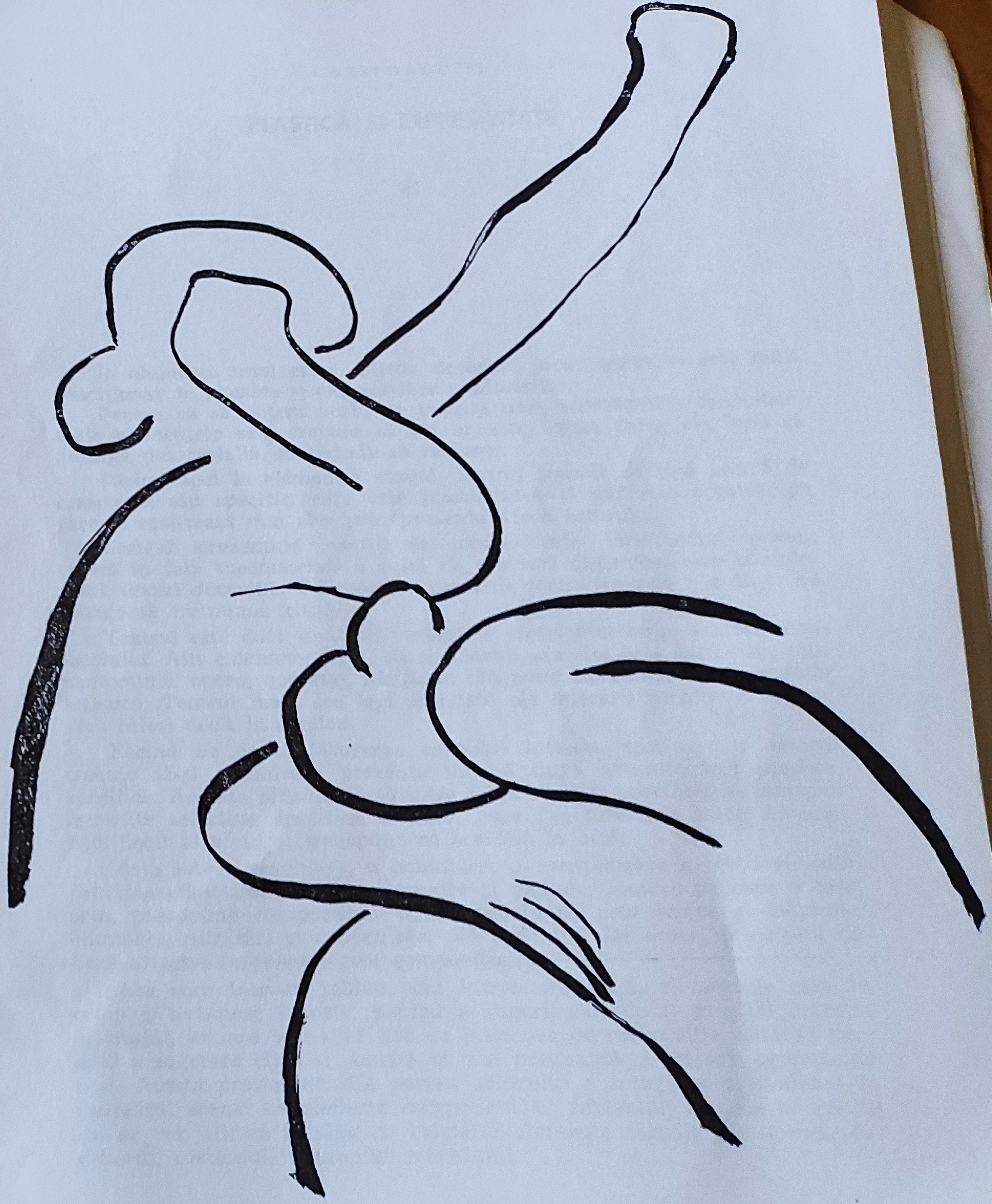
În timpul exercițiului, executantul trebuie să aibă în vedere plasarea sa în spațiul scenic.

Aceste exerciții se pot executa nu numai ca o rezultantă a unui obiect indicat, dar și invers, mimînd gesturi care să conducă la sugerarea obiectului. Adică : sînt obosit și îmi vine ideea să mă sprijin pe un ciomag.

✻ PLASTICĂ ȘI EXPRESIVITATE







CAPITOLUL VI

PLASTICA ȘI EXPRESIVITATE

*

În obținerea unui efect artistic deosebit, jocul actorului este mult condiționat de plastica și expresivitatea mișcărilor.

Pentru ca să putem vorbi de reușita unei reprezentări dramatice, toate elementele sale trebuie să fie organic legate între ele, una să decurgă din cealaltă, motivîndu-se reciproc.

Făcînd apel la elementul vizual, teatrul trebuie să țină seamă de caracterul său specific, care este plasticitatea și expresia scenică, pe care le realizează mai ales prin prezența vie a actorului.

Teatrul prezentînd conflictele umane prin intermediul scenei, crează în fața spectatorilor o suită de tablouri dinamice, care completează textul dramatic. De aceea, o piesă de teatru trebuie văzută și nu ajunge să fie numai citită.

Teatrul este doar una din variantele sferei mai largi a artei spectacolului. Atît cinematograful, cît și dansul, sau alte arte (circ, varietăți, pantomimă, opera, opereta), fac parte din acest tip complex de expresie artistică. Teatrul însă, are legi specifice ale mișcării scenice și nu ne vom referi decît la acestea.

Făcînd uz de desfășurarea corpului într-un spațiu dat, teatrul trebuie să-și organizeze prezența umană după anumite legi plastice, specifice. Aceasta presupune că între viața reală și spectacol se interpun criteriile selective specifice estetice, care fac diferența între aspectul nemijlocit al vieții și transpunerea acesteia în artă.

Arta este o rezumare, o potențare, o esențializare a vieții ridicată prin transfigurare, la sensuri majore și globale. Sinteza pe care o cere arta, presupune compunerea datelor realității prin lucide și stăpînite eliminări, ritmizări și concentrări ale realității. De aceea, principiul de bază al artei în genere, este compoziția.

Așa cum într-un tablou, sau într-o sculptură, elementele care le compun trebuiesc filtrate, pentru a sugera sintetic și esențial intenția artistului, tot așa scena va uza de procedee de compoziție, care să permită o sugerare cît mai concisă și mai pregnantă, a acțiunii propuse de text. Acesta presupune din partea actorului o integrare armonioasă în contextul scenei ca element component al tabloului, mimica și gestica lui se vor afirma solidar cu celelalte elemente vizuale ale scenei, ca: decorul, costumul, lumina și machiajul.

Dacă există o apropiere între plastica şi expresivitatea unui tablou sau a unei sculpturi, şi cea a unui spectacol teatral, între ele se constată totuşi o mare deosebire. Teatrul presupune prin însăşi natura lui mişcare. Pictorul şi sculptorul, în lucrările pe care le crează, reprezintă cu mijloace plastice expresive, concepţia lor. Lucrările acestora, chiar dacă presupun o dinamică interioară, fixează într-o imagine unitară o suită de ritmuri, compuse în vederea exprimării cît mai clare a viziunii artistului. Spre deosebire de aceste arte, teatrul este caracterizat printr-o dinamică desfăşurată. Nu trebuie înţeles prin aceasta că ne referim la o continuă expansiune, pentru că dinamica unui spectacol este infinit nuanţată, fluidă, nouă, neaşteptată, acaparatoare ca şi viaţa. Dar această dinamică proprie scenei, pentru a transmite spectatorului emoţia pe care o propune textul, trebuie să fie artistic stăpînită.

Am văzut că teatrul, născîndu-se dintr-o necesitate sufletească adîncă, răspunde celor mai autentice şi profunde vibraţii ale sufletului uman. Dacă spectacolul nu este astfel organizat, încît să dea spectatorilor sentimentul de a se fi aflat în faţa unui adevăr emoţionant care să le releve sensuri noi despre viaţa lor, aceştia vor pleca dezamăgiţi sau indiferenţi. *Acest adevăr* este propus de spectacol nu numai prin calitatea textului, dar şi prin cea a jocului actorilor. Un text bun poate să fie minimalizat, sau chiar desfigurat, de un joc neadecvat şi dimpotrivă, sînt cazuri cînd o piesă mediocră poate fi „salvată“ de un joc care să-i simplifice prin expresivitate şi plastică rafinată, sensul.

Iată de ce prima condiţie a plasticităţii şi a expresivităţii este o justificar psihologică cît se poate de strictă. Dacă actorul a înţeles profund ce îi cere textul şi este stăpîn pe capacităţile lui motorii, el va şti să se transpună cît mai corespunzător în situaţia pe care i-o cere rolul.

Toate studiile de mişcare au ca scop o stăpînire cît mai conştientă a posibilităţilor de desfăşurare a corpului pe scenă. Acestea tind, în ultimă instanţă, la o coordonare cît mai perfectă a intenţilor cu posibilităţile.

Corpul uman este, după cum ştim, prin structura şi mobilitatea lui, o oglindă a infinitelor nuanţe psihice, care-l animă pe individ.

Receptiv la tot ce se întîmplă în el şi în afara lui, omul transmite celor din jur fluctuaţiile sale psihice. Acestea la rîndul lor, fiind infinite, se traduc printr-o tot atît de mare posibilitate de expresie. Artistul este dator pentru a putea să fie un adevărat interpret între autor şi spectator, să reproducă cît mai fidel, cu mijloace adecvate tema propusă de autor pentru a putea fi receptată de spectator. De aceea, studentul va trebui să înveţe să exprime o stare sufletească, sau o situaţie, prin gestul cel mai firesc, cel mai adecvat acestei stări sau situaţii.

Totul este expresiv în trupul uman ; capul însă, condensează o bogăţie extraordinară de posibilităţi plastice şi expresive. Ochii, gura, nările, muşchii obrajilor, ai frunţii, sprincenele, chiar şi urechile se pretează la o mobilitate infinită, care bine dirijate, transmit tot atît de multe stări sufleteşti. Actorul trebuie să fie conştient de forţa emotivă pe care o posedă figura umană, cu atît mai mult cu cît astăzi solicitările cinematografului şi televiziunii — cu „prim-planurile“ lor — permit spectatorului să urmărească de-aproape toate fluctuaţiile de pe chipul actorului.

Degetele, mîinile, umerii, braţele, picioarele, torsul, sînt părţi ale corpului omenesc, care bine dirijate pot transmite în sală emoţia generată de piesă.

Teatrul de astăzi — tinzînd din ce în ce mai mult spre o sporită veridicitate artistică, creatoare de emoţii autentice şi profunde — cere artistului o economie cît mai mare în exprimare. Aceasta presupune atît o adîncire psihologică a personajelor piesei, cît şi o profundă cunoaştere a mijloacelor de expresie.

Gestica grandilocventă, plasticitatea exagerată, ornamentaţia nejustificată, căutarea cu orice preţ a efectelor spectaculoase, sînt tot atîtea capcane pe care le evită astăzi actorul cînd vrea să comunice în mod real şi esenţial cu publicul.

Sobrietatea şi conciziunea sînt două calităţi absolut necesare, cu atît mai mult cu cît teatrul abordează astăzi teme cu un caracter intelectual mai pronunţat. Desigur, actorul nu trebuie să cedeze tentaţiei de a confunda această sobrietate şi conciziune cu o sărăcire a jocului.

Dacă se poate vorbi de o plastică şi o expresivitate individuală, există şi o plastică şi o expresivitate a grupului. Dirijate şi compuse de regizor pentru a produce un efect artistic unitar, plastica şi expresivitatea nu sînt posibile fără o înţelegere cît mai precisă din partea fiecărui actor, a locului pe care îl ocupă în ansamblu. Cerînd o mai amplă ritmizare, urmărind efecte scenice globale, tablourile cu grupuri nu vor fi izbutite, dacă fiecare element care le compune nu va reacţiona cît mai just, pentru realizarea impresiei generale. Actorul trebuie să fie obişnuit să-şi dozeze aportul personal în vederea colaborării cu partenerii.

Foarte rar un actor este singur pe scenă. Jocul lui se bazează pe o interacţiune strînsă între el şi ceilalţi actori. Înţelegerea importanţei acestei interacţiuni pentru realizarea unui spectacol unitar şi deci reuşit, este absolut necesară, chiar dacă uneori pare să stînjenească nevoia de afirmare personală. De aceea, termenul de echipă este tot atît de justificat, ca şi cel de actor, cînd este vorba de teatru. Este un lucru pe care studentul actor trebuie să-l simtă foarte autentic, încît personalitatea lui să se dezvolte armonios în sînul colectivităţii din care face parte şi cu care numai printr-o colaborare sinceră şi atentă va putea obţine succesul la care rîvneşte. Aceasta, cu atît mai mult cu cît spectacolul actual, prin complexitatea lui, nu mai este ca deseori în trecut, un prilej de afirmare a unei vedete. Concurînd la reuşita lui atît de multe alte elemente (ca : scenografia, regia, lumina, sunetul, etc.) spectacolul cere actorilor o integrare inteligentă şi generoasă în imaginea artistică creată pe scenă.

* * *

Este momentul să clarificăm noţiunile atît de des amintite pînă acum de plasticitate şi expresivitate a mişcării scenice.

Plasticitatea este o calitate pe care o are natura atunci cînd se oferă ochilor noştri, capabili să o surprindă în infinita varietate a desfăşurării formelor în spaţiu.

Plasticitate are un copac, crăcile lui se pot detaşa în ritmuri sugestive sau, dimpotrivă, îmbrăcate în bogata coroană de frunze, oferă masivităţi vibrante.

Plasticitate are fuga unei căprioare, sau saltul unui cal, contorsionarea graţioasă a unei pisici, etc., etc.

Ochiul omului — parcă pregătit anume de a surprinde, de a căuta şi descoperi în jurul lui aspecte care să-l bucure, să-l emoţioneze, satis-

făcîndu-i nevoia de frumos, prin excelență specific umană — desigur că nu este nepăsător nici la plasticitatea pe care i-o oferă propriul său trup.

Dacă din antichitate și pînă în zilele noastre, trupul uman a fost considerat prin excelență, aceasta înseamnă că antropomorfismul artei de care am vorbit, nu era condiționat numai de ideia morală înaltă pe care omul și-o făcea despre el însuși în contextul naturii, dar și de convingerea clar exprimată de greci, că trupul prin formele lui, reprezintă o reușită maximă a naturii, care merită să fie exprimată artistic.

Dacă trupul uman are calități plastice netăgăduite, nu e mai puțin adevărat că acestea nu se oferă în mod egal și de la sine, oricînd. În viața de toate zilele, fiecare om se mișcă și deci uzează de trupul lui pentru a se adapta la situații foarte diferite. Dar așa cum putem să observăm în jurul nostru, nu toți oamenii prin prezența și mișcările lor, ne oferă vizual satisfacții de ordin plastic. Acest lucru, înseamnă pe de o parte, că nu toate trupurile, deși beneficiază de o structură comună, sînt organizate în proporții care să le înfățișeze sub un aspect avantajos, și pe de altă parte, chiar trupuri armonios construite, nu se desfășoară în mișcări sugestive, care să atragă printr-o plasticitate elocventă. Sînt oameni pe lîngă care trecem nepăsători, pentru că prezența lor nu crează în spațiul nostru vizual gesturi, mișcări, care să exprime mai deosebit, mai armonios, cu alte cuvinte să aibe o plasticitate care să-i releve. Sînt însă alții, care ne rețin privirea prin grația unui gest, prin puterea unei atitudini, oameni care, conștient sau nu, se detașează din anonimatul inform obișnuit, printr-o prezență plastică ce te surprinde și te obligă să-i observi.

După cum am mai spus, plasticitatea este o calitate receptată de om în mod afectiv, definitivîndu-se prin plăcerea sau neplăcerea pe care o provoacă obiectul. Dar plasticitatea, ca element inerent naturii, nu poate să satisfacă total exigența unei ființe atît de complexe cum este omul.

Dincolo de impresia vizuală pe care i-o oferă natura, omul caută și este atras de calitatea expresivă a formelor. Aceasta înseamnă că prin structura lui psihică, omul a căutat întotdeauna să adîncească relația sa cu mediul înconjurător, că unei receptări senzoriale sau numai afective, i-a adăugat și pe cea calitativ superioară, de ordin intelectual, care descoperă sensuri profunde, motivînd subtil orice aspect al vieții. Aceasta înseamnă că unei plasticități receptate vizual, omul îi conferă și infinitele nuanțe ale expresiei. Această expresie trebuie deci să fie, artistic vorbind, o potențare a calităților plastice. Acolo unde ochiul se poate declara satisfăcut, spiritul mai cere și o aprofundare a motivărilor și exteriorizărilor.

Studentul actor, va face deci deosebirea dintre o *plasticitate formal izbutită a mișcării și cea încărcată de o calitate expresivă, care traduce exterior cele mai adînci și mai fine mișcări sufletești.*

De altfel, în procesul pedagogic artistic se ține seama de plasticitatea naturală, cu care este înzestrat studentul și grație căreia a fost selectat din rîndul candidaților la examenul de admitere. Această plasticitate poate fi ameliorată printr-un studiu atent și cît mai complet pentru modelarea corpului și a mișcărilor lui, bineînțeles în limitele pe care le permite configurația naturală existentă. Expresivitatea, apelînd cu precă-

dere la însușiri de ordin psihic (imaginativ afective), trebuie formată și educată în concordanță cu specificul psiho-temperamental al fiecărui student. Elementul care facilitează propulsarea maximă a tuturor calităților actoricești, între care și cea a expresivității, este desigur și acea însușire psihică naturală, care este farmecul și care atrage în mod irezistibil, chiar fără ca subiectul să aibă o deplină conștiință a clarității lui.

Studiile care adîncesc plastica și expresivitatea mișcărilor, vor avea ca obiect o cît mai variată gamă de exerciții individuale și în grup, avînd ca scop rezolvarea unor probleme foarte diferite. Plastica și expresivitatea mișcărilor individuale pe de o parte, ca și ale grupului pe de alta, prezintă elemente caracteristice, care trebuie luate în considerație. Plastica și expresivitatea individuală vor ține seama nu numai de calitățile personale ale actorului, dar și de raporturile care se crează între el și partener, pentru a se integra în mod fericit — din orice punct al sălii ar fi privit — în perspectiva specifică a scenei.

De asemenea, prezența mai multor personaje pe scenă cere gruparea lor în vederea obținerii unei plasticități și expresivități globale cît mai reușite, în raport cu cerințele spectacolului. Într-o scenă de luptă de exemplu, se va recurge nu numai la actori cu un fizic corespunzător, dar și la compunerea mișcărilor acestora în linii frînte, dinamice, cu opuneri contrastante; trebuie să se țină seama de tensiunea cerută de tablou. Altele vor fi cerințele, cînd se va urmări obținerea unei plasticități și expresivități reușite într-un grup, trebuind să reprezinte solemnitatea unei procesiuni. Desigur, o scenă de comedie — pentru a-și evidenția caracterul — va uza de elemente capabile să stîrnească însăși prezența lor ilaritatea. De exemplu, un actor slab, deșirat, lîngă unul mic și gras. Printr-o exagerare a realului se poate obține în raport cu specificul spectacolului, fie un efect grotesc, fie unul fantastic. De aceea, este necesar, ca studenții să cunoască bine valoarea plastică și expresivă a fiecărei mișcări, putînd să-i dea o valorificare scenică.

De asemenea, ei vor învăța să exprime chiar numai fragmentar diferite acțiuni scenice, realizînd mai bine importanța lor în ansbamblu. Astfel, ei vor exersa separat plastica și expresivitatea capului, a membrelor, sau numai a torsului, devenind conștienți nu numai de posibilitățile fiecăruia din elementele corpului, dar și de nuanțele care fac ca aceeași mișcare să poată avea un caracter armonios, brutal, comic, satiric, etc. în raport cu expresia dată.

Prin grupajele care se fac, se realizează aspecte variate urmărind o sudură cît mai mare între personaje, care să exprime în bloc momente foarte diferite, cum ar fi: cortegii, lupta, manifestații.

În obținerea efectelor plastice și expresive, îmbinarea culorilor pe scenă, elementele de decor ca: perdele, scări, etc., felul cum cade lumina și umbrele pe care le crează, sînt tot atîtea mijloace care pun în valoare plasticitatea și expresivitatea jocului actorilor.

Dacă actorul antic își sublinia jocul printr-un impersonalism care conferea rolului un înțeles general uman, dacă Commedia dell'Arte permitea o specializare a actorului în interpretarea unui anumit personaj, dacă dramele intime ale secolului trecut, construite pe coordonate destul de simple, de asemenea, în mod specific pe erou, pe

intrigant sau pe eroină, spectacolul actual cere actorului nu numai o orientare mult mai variată în tematici diferite, dar și posibilitatea de a se transpune veridic în medii și epoci foarte felurite.

Un mare actor se va integra cu aceeași putere expresivă, atît într-un rol istoric, evocînd un cadru și o mentalitate din alte vremuri, cît și în rolul încărcat de nuanțe sufletești proprii realităților prezentului.

În aceeași măsură, marii actori sînt capabili să emoționeze atît prin redarea subtilă a puternicelor tensiuni sufletești, în roluri consacrate, cît și prin capacitatea de a sublinia într-un spectacol convențional ca „pantomima", multitudinea mișcărilor umane, cu o plasticitate și expresivitate pregnant esențializate.

Studii de plastică și expresie

Studiul se începe cu exerciții de autocunoaștere. Executanții trebuie să-și educe reacțiile psihice și fizice, pentru a fi cît mai stăpîni pe mijloacele lor artistice. Se urmărește treptat o aprofundare atît a plasticii fizice, cît și a expresivității pentru a obține o interpretare tot mai nuanțată și mai bine motivată.

La început, pentru a dobîndi o degajare optimă și o concentrare permițînd un autocontrol strict, executanții își leagă ochii cu o bandă neagră. În acest fel, ei nu vor fi distrați de privirile celorlalți colegi și nici de ambianța sălii. Odată pregătirile terminate, li se dau indicații în liniștea sălii.

1. *Executanții simt frigul succesiv prin :*

— Laba picioarelor
— Picioare
— Trunchi
— Umeri
— Brațe
— Cap

Indicații :

După ce realizează exercițiul în etape succesive, executanții vor improviza mișcări cu tot corpul pe aceeași temă a „frigului". Urmează relaxarea. Se repetă exercițiul scoțîndu-se banda de pe ochi.
Variante :

Ca și mai sus, pe temele :
— Căldură
— Ploaie

2. *Executanții își manifestă frica succesiv prin :*

— Vîrfurile degetelor
— Brațe
— Umeri

— Cap
— Trunchi
— Picioare

Indicații :

Se execută mai întîi cu ochii legați, apoi după relaxare, fără bandă pe ochi.

În mișcări succesive, și apoi cu tot corpul.

Succesiunea urmează direcția inversă exercițiului precedent, adică de sus în jos.

3. *Exerciții de zvîcnire :*

Se realizează succesiv prin :

— Cap
— Mîini
— Brațe
— Umeri
— Piept sau spate
— Mijloc
— Picioare.

Indicații :

La comandă se poate schimba succesiunea.

Exercițiul se realizează din orice poziție, mai întîi cu banda pe ochi ; relaxare și fără bandă pe ochi.

Sînt exerciții preliminare pentru realizarea temelor cu păsări, animale, elemente din natură.

1

Pasărea

Prin conjugarea mișcărilor de vzicnire și unduire se pot compune teme cu zborul păsării. Exercițiile se realizează mai întîi cu banda la ochi, apoi fără, și cu plasarea pe un cub.

a) Unduire cu brațele simetrice în orice direcție.
b) Antrenarea trunchiului.
c) Antrenarea capului și picioarelor.
d) Unduiri și zvîcniri cu brațele asimetrice.
e) Planare cu brațele antrenînd capul, trunchiul și picioarele.
f) Zvîcniri cu unduiri la pîndă după pradă.
g) Pasărea din zbor se repede la pradă.

Variantă : Pasărea e rănită și cade.

intrigant sau pe eroină, spectacolul actual cere actorului nu numai o orientare mult mai variată în tematici diferite, dar şi posibilitatea de a se transpune veridic în medii şi epoci foarte felurite.

Un mare actor se va integra cu aceeaşi putere expresivă, atît într-un rol istoric, evocînd un cadru şi o mentalitate din alte vremuri, cît şi în rolul încărcat de nuanţe sufleteşti proprii realităţilor prezentului.

În aceeaşi măsură, marii actori sînt capabili să emoţioneze atît prin redarea subtilă a puternicelor tensiuni sufleteşti, în roluri consacrate, cît şi prin capacitatea de a sublinia într-un spectacol convenţional ca „pantomima", multitudinea mişcărilor umane, cu o plasticitate şi expresivitate pregnant esenţializate.

Studii de plastică şi expresie

Studiul se începe cu exerciţii de autocunoaştere. Executanţii trebuie să-şi educe reacţiile psihice şi fizice, pentru a fi cît mai stăpîni pe mijloacele lor artistice. Se urmăreşte treptat o aprofundare atît a plasticii fizice, cît şi a expresivităţii pentru a obţine o interpretare tot mai nuanţată şi mai bine motivată.

La început, pentru a dobîndi o degajare optimă şi o concentrare permiţînd un autocontrol strict, executanţii îşi leagă ochii cu o bandă neagră. În acest fel, ei nu vor fi distraţi de privirile celorlalţi colegi şi nici de ambianţa sălii. Odată pregătirile terminate, li se dau indicaţii în liniştea sălii.

1. *Executanţii simt frigul succesiv prin :*

— Laba picioarelor
— Picioare
— Trunchi
— Umeri
— Braţe
— Cap

Indicaţii :

După ce realizează exerciţiul în etape succesive, executanţii vor improviza mişcări cu tot corpul pe aceeaşi temă a „frigului". Urmează relaxarea. Se repetă exerciţiul scoţîndu-se banda de pe ochi.
Variante :

Ca şi mai sus, pe temele :
— Căldură
— Ploaie

2. *Executanţii îşi manifestă frica succesiv prin :*

— Vîrfurile degetelor
— Braţe
— Umeri

— Cap
— Trunchi
— Picioare

Indicaţii :

Se execută mai întîi cu ochii legaţi, apoi după relaxare, fără bandă pe ochi.

În mişcări succesive, şi apoi cu tot corpul.

Succesiunea urmează direcţia inversă exerciţiului precedent, adică de sus în jos.

3. *Exerciţii de zvîcnire :*

Se realizează succesiv prin :
— Cap
— Mîini
— Braţe
— Umeri
— Piept sau spate
— Mijloc
— Picioare.

Indicaţii :

La comandă se poate schimba succesiunea.

Exerciţiul se realizează din orice poziţie, mai întîi cu banda pe ochi ; relaxare şi fără bandă pe ochi.

Sînt exerciţii preliminare pentru realizarea temelor cu păsări, animale, elemente din natură.

1

Pasărea

Prin conjugarea mişcărilor de vzîcnire şi unduire se pot compune teme cu zborul păsării. Exerciţiile se realizează mai întîi cu banda la ochi, apoi fără, şi cu plasarea pe un cub.

a) Unduire cu braţele simetrice în orice direcţie.
b) Antrenarea trunchiului.
c) Antrenarea capului şi picioarelor.
d) Unduiri şi zvîcniri cu braţele asimetrice.
e) Planare cu braţele antrenînd capul, trunchiul şi picioarele.
f) Zvîcniri cu unduiri la pîndă după pradă.
g) Pasărea din zbor se repede la pradă.

Variantă : Pasărea e rănită şi cade.

Indicații :

Se repetă exercițiul pe cub cu ochii liberi.
În improvizațiile cu tema „lumea animalelor", după pregătirea tehnică a corpului, urmează o discuție cu studenții asupra caracterelor specifice ale animalului ales pentru a fi interpretat.
Studenții, ajutați de profesor, caracterizează animalul ca înfățișare, comportare, mediu etc. Un exemplu mai ușor la îndemîna tuturor este pisica.

suplă,
grațioasă,
rapidă,
leneșă,
jucăușă,
la pîndă etc

Se mai pot alege teme similare cu șoarelece, iepurele, vulpea, porcul, cocoșul, papagalul, cioara, bufnița, etc.
După ce exercițiul a fost executat individual, se trece la realizarea în grup.
Se dă indicația ca studenții să acționeze fiecare potrivit animalului pe care-l interpretează, creind relații cu partenerii.
Ca o variantă în timpul improvizării exercițiilor cu animalele, profesorul poate cere ca grupul să execute mișcări ale animalelor, dar în situații umane (ceartă, mîngîiere).
Invers, acțiuni umane pot degenera în gesticulații care să sugereze un animal (cearta între oameni devine lătrat de cîini).

Indicații :

Gama improvizațiilor este foarte largă : animale sălbatice, dresură de circ, pești, fluturi, etc. : executanții sînt îndemnați să-și îmbogățească mereu repertoriul, să improvizeze situații cu caracter satiric sau comic.
În desfășurarea exercițiilor, profesorul va da tot timpul indicații pentru a stimula cît mai mult mișcările corpului întreg, și pentru o justă adaptare a acestora.
De obicei, executanții sînt stîngaci la început, cu o inventivitate mică și trebuiesc antrenați. Profesorul îi va dirija cu scurte indicații. De exemplu în cazul pisicii : „Îdoaie spatele", „Ridică-te pe vîrfuri", „Șerpuiește corpul", „Întinde brațele pentru a zgîria", etc.
Exercițiile, în desfășurarea lor, pot folosi obiecte pentru mînuit, sau obstacole pentru sărituri.

Oglinda

Se execută fie de doi executanți stînd față în față, fie de un protagonist avînd în fața lui un grup de executanți.
Protagonistul execută mișcări pe care partenerul, sau grupul din față le imită, ca și cum s-ar vedea o imagine într-una sau în mai multe

oglinzi ; se observă caracterul de simultaneitate a mișcărilor protagonistului și imitatorului.
Exercițiul urmărește stimularea imaginației protagonistului, care e liber să improvizeze, și exersează spontaneitatea și capacitatea de imitație a partenerilor, care reproduc fidel mișcările protagonistului.
Este un exercițiu a cărui temă poate varia de la simplu la complex. Se execută mai întîi mișcări lente și simple, ca : rotirea brațelor în cerc cu pasul înainte, pentru a sfîrși cu scurte teme în ritm rapid și acțiuni conjugate. De exemplu : fandare spre dreapta, aplecare, ridicarea unui obiect imaginar, revenire, fandare spre stînga, aplecare, depunerea obiectului imaginar.
În aceste exerciții, atenția, observația, memoria, trebuie să conlucreze pentru obținerea unei imitații cît mai fidele.
În alegerea temelor se va avea în vedere că este de dorit ca acțiunile să antreneze tot corpul ; să nu fie deci statice, păstrînd totuși caracterul unor acținui plauzibile în fața oglinzii.

Exemple de teme :

— Îmbrăcarea în fața oglinzii ;

— Actorul își repetă rolul ;

— Dirijorul conduce orchestra ;

— Pictorul își face autoportretul etc.

Oglinda deformată

Un efort de interpretare sporit oferă reproducerea mișcărilor de oglindă deformată.
Executanții — care imită cu indicația : „sînt o oglindă deformată care subțiază sau lățește" — vor trebui să țină seamă nu numai de datele propuse de protagonist, dar și de efectele deformante ale oglinzii, executînd mișcările în consecință. Este un exercițiu care ocazionează surprize cu efect comic.

Umbra

Se realizează cu doi parteneri, dintre care unul stă în spatele celuilalt. Cel din față va executa mișcări, pe care cel din spate le va reproduce aidoma, cu un mic decalaj de timp. Pentru aceasta, mișcările celui din față vor fi laterale (spre deosebire de exercițiul cu oglinda, unde mișcările pot fi și în față), spre a fi sesizate de cel din spate. Mișcările vor fi largi și expresive, încît „umbra" să se detașeze net în spatele protagonistului.
Spre deosebire de „oglindă", exercițiul se poate executa și în deplasare, lateral, înainte și înapoi. Nu sînt indicate întoarcerile (umbra trebuie să fie totdeauna în spate) :
Se începe cu mișcări simple, se pot conjuga mai multe acțiuni, compunîndu-se mici teme, care pot fi susținute și de doi protagoniști în interacțiune cu cele două umbre.

Exemple de teme :

— Fericitul
— Fotbalistul
— Cel care caută
— Vînătorul
— Doi îndrăgostiţi
— Doi luptători
— Cumetrele
— Cocoşii

Desigur, exerciţiul se pretează la un joc foarte bogat al imaginaţiei, îmbrăţişînd nu numai teme din viaţa reală, dar şi din basme cu animale, etc.

Jocul cu umbra

Este un exerciţiu în care executantul acţionează în raport cu umbra lui reală, proiectată cu ajutorul unui reflector.

a) Mers obişnuit — umbra îl urmăreşte.

b) Se aşează — umbra e lîngă el.

c) Se ridică — umbra se ridică.

d) Supărat, vrea să-şi calce umbra — ea se îndepărtează.

e) Urmărind-o — umbra se proiectează pe perete.

f) Cu un avînt, vrea s-o prindă — umbra se ridică pe perete.

g) Executantul din săritură face 1—2 paşi pe perete, dar cade obosit de-a lungul acestuia.

h) Umbra a dispărut şi executantul adoarme.

Indicaţii :

Se cere din partea executantului un corp suplu, bine exersat şi multă vioiciune în interpretare.

După însuşirea tehnică a exerciţiului, acesta este reluat în stilul Commediei dell'Arte (tema : Arlechino şi umbra).

Basorelief

Pentru a obişnui corpul cu o plasticitate cît mai variată, îl supunem în cursul studiului şi la efectuarea unor exerciţii care, prin natura lor, se apropie de efectul plastic al basoreliefului în sculptură.

Se obţine o amplasare foarte strictă a corpului în spaţiul scenic, creindu-se efecte de perspectivă, cu aplatizări proprii basoreliefului.

Se va observa în desfăşurarea dinamică a exerciţiului, păstrarea unei statici condensate — caracteristică sculpturilor în basorelief.

În consecinţă, corpul plasat în profil, cu faţa ori cu spatele spre public — va executa mişcări care să nu se desprindă din fundal, fiind

totuşi dinamice şi caracteristic expresive. Exerciţiile se efectuează mai întîi individual, pentru deprinderea tehnicii proprii basoreliefului ; apoi în grup, cu interacţiuni între parteneri : cîte doi, cîte trei, sau tot grupul.

Exerciţiile individuale încep cu mişcări simple ; din poziţia „stînd" : fandări laterale, răsuciri, răsuciri cu aplecări, braţele lateral, în sus, în faţă îndoite, de-a lungul corpului şi revenire.

Executantul va avea tot timpul grijă să nu părăsească punctul fix (fundalul), iar gesturile sale să nu depăşească limitele admise. Odată însuşită tehnica individuală, se trece la interacţiuni între parteneri. Aceştia vor fi situaţi de-a lungul unei diagonale imaginare închipuind fundalul.

Se va realiza un prim exerciţiu : partenerii se ţin de *mînă în lanţ*, pentru a uşura păstrarea alinierii şi a evita o gesticulaţie prea abundentă.

Se va urmări deci, în primul rînd, o plastică expresivă a corpului (trunchi, cap, picioare), în realizarea unor teme ca :

— Procesiune
— Horă
— Dansul vrăjitoarelor.

Indicaţii :

Se va respecta stilul cerut în raport cu tema.

În explicaţiile cu *braţele libere* se execută progresiv studii care să le ofere executanţilor o tot mai mare degajare. Se începe, de exemplu, cu o temă :

„Prizonierii". Braţele încrucişate, pe piept, deasupra capului, la spate, în faţă jos ; stînd într-un genunchi, pe ambii genunchi, cu faţa înainte, în răsucire, cu spatele sau în profil.

„Invocarea". *O mînă pe piept, cealaltă — liberă.*
Se execută ca mai sus.

„Apărarea". *Mîinile sus.*
Se execută ca mai sus.

„Corul antic". *O mînă pe umărul vecinului, iar cealaltă liberă.*
Se execută ca mai sus.

Indicaţii :

Se execută cu încordări, relaxări, în ritmuri şi cu accente diferite. Se poate trece de la o idee la alta.

Cînd s-a obţinut stăpînirea mişcărilor în basorelief, se trece la compunerea unor teme mai complexe, în care acţiunile conjugate variază de la executant la executant.

Ca o desăvîrşire a studiului, se pot realiza teme în care linia compoziţiei să se păstreze la orizontală, sau într-o progresiune în înălţime de la capete spre centru — „fronton" sau de la un capăt spre celălalt.

Exemple de teme :

— Dans antic

— Basorelief egiptean cu „vislași"

— Scenă de luptă romană

— Scenă contemporană de muncă.

Indicații :

Pentru o mai adecvată interpretare plastică și expresivă a temelor, este indicat ca executanții să se documenteze consultînd reproduceri după basoreliefuri celebre ale diverselor stiluri de artă.

În completarea studiilor cu teme în basorelief se pot executa scene în spirală, sugerînd socluri de monumente sau monumente propriu-zise, ca cel de la Adamclisi.

Tablouri — Grupuri plastice

Grupul sau grupurile plastice formînd un tablou, au legile lor scenice. Tabloul trebuie să înfățișeze o scenă, să o povestească cu mijloace convingătoare. Pentru aceasta, în afară de interpretarea individuală se pun și probleme de compoziție ale ansablului.

În consecință se urmărește o cît mai bună distribuire a maselor în raport cu tema reprezentată, cu grija de a evita atît monotonia cît și stridențele. Dispunerea personajelor care alcătuiesc tabloul se va face în așa fel, încît diversele zone să se echilibreze între ele, uzînd de simetrii sau asimetrii în raport cu tema. Se va avea în vedere punctul central de atenție ca și accentele menite să-l pună în valoare.

Se vor realiza crescendouri și descrescendouri care imprimă o dinamică sporită. În tablourile mai ample se folosesc planuri diverse ca adîncime și înălțime.

În tablourile cu caracter clasic, sînt indicate mai ales grupajele simetrice, cele asimetrice și liniile frînte fiind folosite mai des în tablourile cu caracter modern. Tablourile cu caracter istoric se compun pe diagonală, în linii drepte sau în triunghi. Cercul și semicercul sînt necesare pentru a evidenția personajul principal, sau sînt folosite în grupuri statice.

În centrul atenției trebuie să fie actorul care vorbește. Tabloul va fi astfel compus, încît spectatorii să nu-l piardă din vedere.

Un tablou simplu și spontan se realizează prin intrarea executanților unul cîte unul pe scenă, fiecare executînd o mișcare la libera alegere, dar sugerată plastic de cel dinainte, deci fără o motivare tematică. Se va observa ca ansamblul să realizeze un tablou coerent din punct de vedere plastic.

Intrările se succed cu repeziciune, fiecare executant se plasează în raport cu spațiul scenei și cu locul partenerilor.

Tabloul se încheie într-un punct culminant de maximă plasticitate statică.

Indicații :

Dacă în cursul studiului intrarea și plasarea unui executant nu este satisfăcătoare în ansamblu, profesorul îl invită discret să părăsească tabloul și să asiste lîngă el, pînă după intrarea celorlalți colegi. Atunci se va plasa și el completînd tabloul.

Acest lucru este necesar atît pentru a nu compromite omogenitatea grupului, cît și pentru a da timp celui care a greșit să reflecteze.

După ce executanții s-au obișnuit să se plaseze în ansamblul unui tablou cu caracter strict plastic, se va trece la etapa în care vor trebui ca, motivîndu-și acțiunile, să obțină o expresivitate cît mai bună. În acest scop, se realizează tablouri, în care tema și prima acțiune este indicată de profesor, sau de unul din executanți, urmînd ca ceilalți să completeze rînd pe rînd tabloul, ținînd seama de indicații.

De exemplu :

— O serbare în aer liber

— Cosașii, etc.

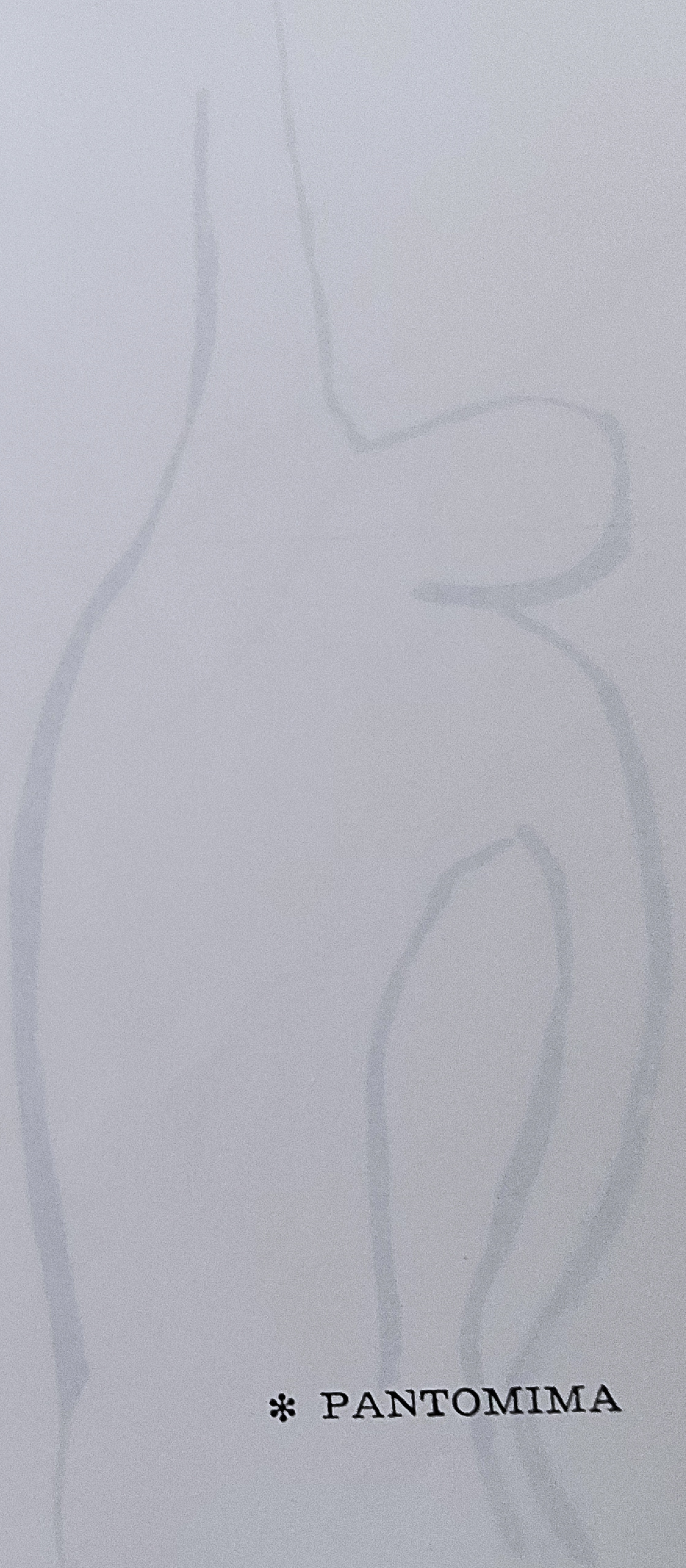
Ca o culminare a studiului se vor realiza tablouri a căror compoziție va fi minuțios studiată. În prealabil, profesorul va discuta cu executanții despre legile compoziției — echilibru — asimetrie — punct central — accente — culoare.

Pentru o mai justă orientare se va propune realizarea unor tablouri după modele cunoscute din plastica universală, ale căror probleme de compoziție sînt magistral rezolvate.

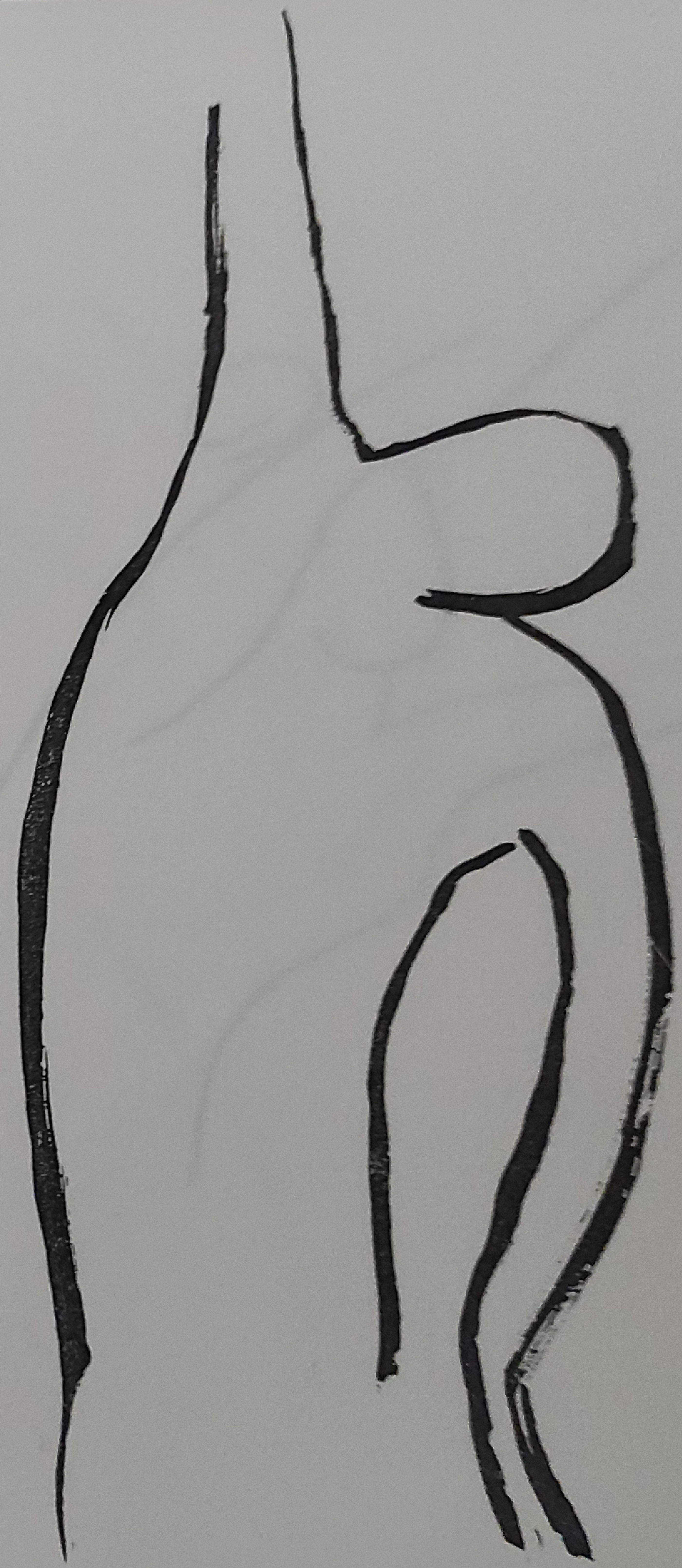
De asemenea, se recomandă studierea unor tablouri tipice din dramaturgia consacrată.

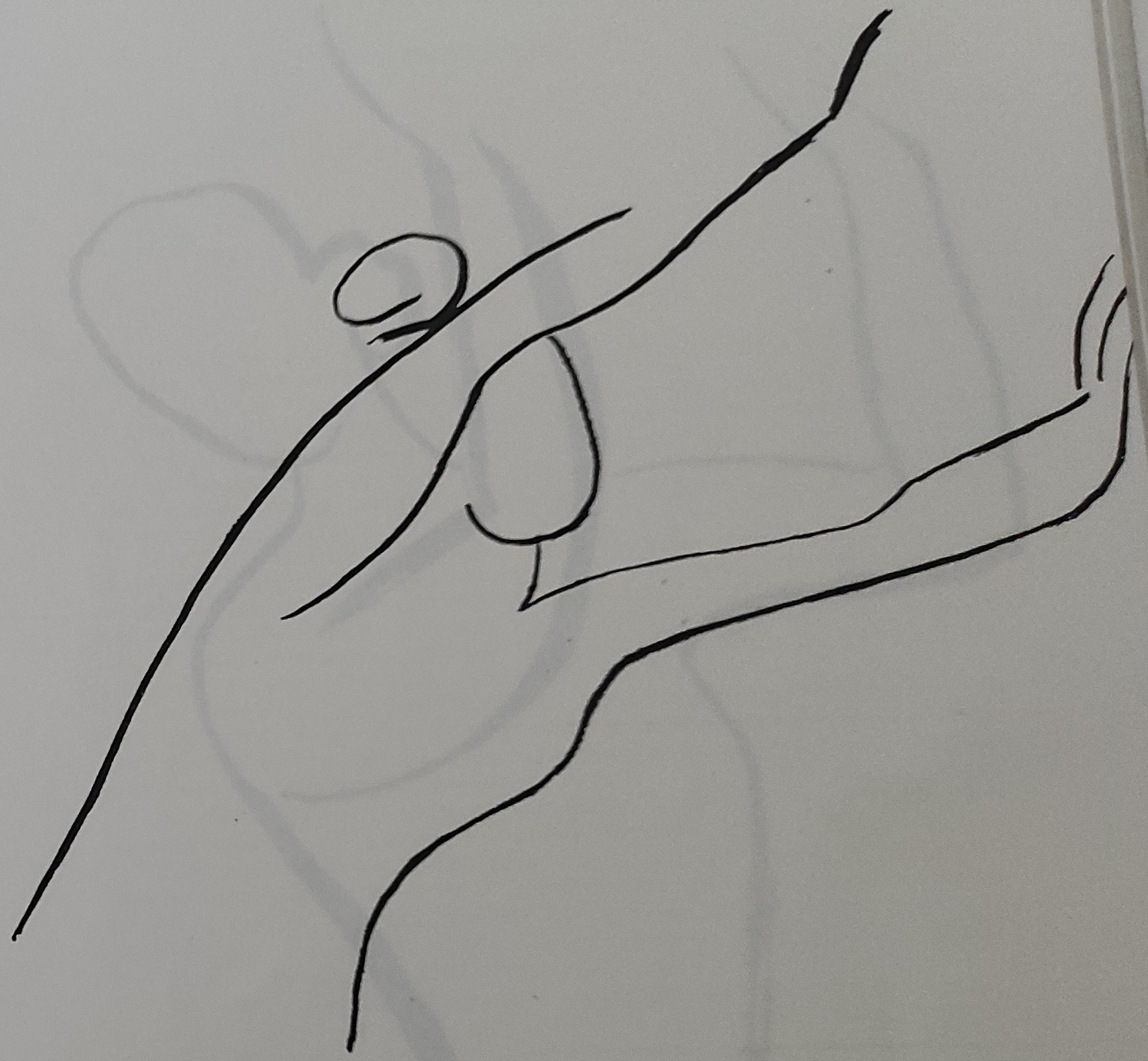
Executanții vor elabora în grup realizarea tabloului pentru o cît mai mare omogenitate.

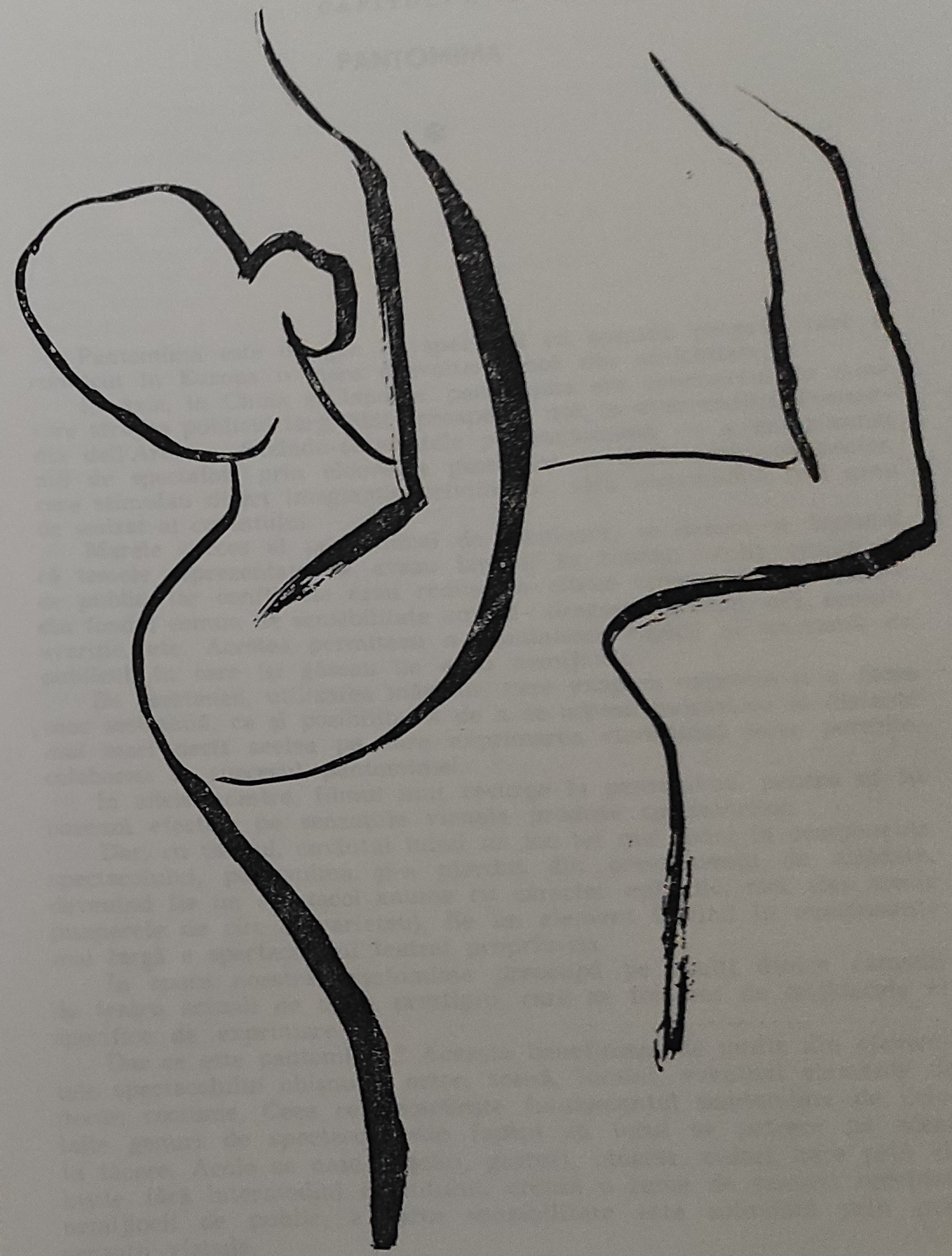
Aceste studii fac posibilă o înțelegere mai ușoară a legilor abstracte ale compoziției, ca și o cunoaștere a stilului diferitelor epoci.



✻ PANTOMIMA







CAPITOLUL VII

PANTOMIMA

*

Pantomima este un gen de spectacol cu specific propriu, care a cunoscut în Europa o mare dezvoltare încă din antichitate.

În Asia, în China și Japonia, pantomima era spectacolul de mase care atrăgea publicul larg. Mai aproape de noi, în evul mediu, Commedia dell'Arte — bazîndu-și efectele pe pantomimă — a entuziasmat mii de spectatori prin elocvența gesturilor și strălucirea costumelor, care stimulau direct imaginația privitorilor, fără intermediul mai greu de sesizat al cuvîntului.

Marele succes al pantomimei de odinioară, se datora și faptului că temele reprezentate își aveau izvorul în tradiții vechi, cunoscute de public, iar conflictele erau reduse la cîteva scheme tipice extrase din fondul comun de sensibilitate umană : dragoste, gelozie, ură, eroism, avariție, etc. Acestea permiteau o comunicare rapidă și spontană cu publicul, în care își găseau un ecou nemijlocit.

De asemenea, utilizarea măștilor, care exagera expresia și o făcea ușor sesizabilă, ca și posibilitatea de a se adresa publicului la distanțe mai mari decît acelea pe care exprimarea cuvîntului le-ar permite, colaborau la succesul pantomimei.

În zilele noastre, filmul mut recurge la pantomimă, pentru că își bazează efectele pe senzațiile vizuale produse spectatorilor.

Dar, cu timpul, cuvîntul luînd un loc tot mai mare în componența spectacolului, pantomima și-a pierdut din proeminența de altădată, devenind fie un spectacol anume cu caracter epizodic, mai ales comic (numerele de circ și varieteu), fie un element intrînd în componența mai largă a spectacolului teatral propriu-zis.

În epoca noastră, pantomima preocupă pe mulți dintre oamenii de teatru actuali de mare prestigiu, care se folosesc de mijloacele ei specifice de exprimare.

Dar ce este pantomima ? Aceasta beneficiază de multe din elementele spectacolului obișnuit ; actor, scenă, lumini, eventual elemente de decor, costume. Ceea ce deosebește fundamental pantomima de celelalte genuri de spectacol, este faptul că totul se petrece pe scenă în tăcere. Acolo se nasc mișcări, gesturi, obiecte, culori, care prin ele înșile ,fără intermediul cuvîntului, crează o lume de sensuri receptate nemijlocit de public, a cărui sensibilitate este solicitată prin pure senzații vizuale.

Dacă pantomima cunoaşte în zilele noastre o nouă înflorire, dacă ea se situează în rîndul spectacolelor de avangardă experimentale, aceasta se datoreşte posibilităţilor pe care le are, de a exprima cu mijloacele ei atît de sintetice de exprimare, cu posibilităţile ei de mijloace noi, noutatea preocupărilor artistice ale timpului nostru. Cu mijloacele ei atît de sintetice de exprimare, cu posibilităţile ei de sugerare plastică, pantomima este un fel de scenografie a spectacolului teatral. Ea corespunde tendinţei spiritului modern de a sesiza, sau de a recepta şi de a exprima realul, în linii esenţiale, care fac apel la calităţile noastre superior intelectuale. În acest fel, pantomima este un spectacol care apelează în mod substanţial la imaginaţia spectatorului, a cărui sensibilitate trebuie să fie destul de exersată, pentru a reacţiona rapid la o succesiune de acţiuni şi gesturi caracteristice, dar nu discursiv explicate. Aceasta, pentru că pantomima modernă — în accepţia ei artistică cea mai înaltă — nu mai aduce pe scenă situaţii tipice, simpliste, nu mai este un spectacol de acrobaţie bufă, sau lacrimogen sentimentală, ci tinde să fie creuzetul în care se subliniază într-o expresie simbolică elementele dramatic existente. Aşa după cum plastica modernă nu mai transcrie realitatea, ci o transfigurează şi o sugerează cu mijloace de exprimare cît mai sintetice, tot aşa pantomima recurge la un joc esenţializat, sugestiv, care să poată exprima foarte mult, cu mijloace aparent foarte reduse. Tendinţa spre esenţializare merge atît de departe, încît se proclamă faimosul „Om gol pe scena goală" pentru că mimul modern trebuie să ştie să exprime cele mai complexe situaţii psihice, fără nici un artificiu exterior — numai prin simpla sa prezenţă.

Pantomima tinde deci să renunţe la orice element de imitaţie şi artificiu ajutător, devenind sugerare pură. Pantomima, chiar dacă nu este utilizată pe scară largă ca spectacol în sine, în sensul arătat mai sus, apare tot mai des ca element component în teatrul modern care speculează modalităţile proprii pantomimei.

Pentru a corespunde exigenţelor specifice pantomimei, se cer actorului anumite calităţi. Jocul actorului de pantomimă trebuie să supleeze acel intermediar important dintre autor şi spectator, care este cuvîntul, ca şi elementele atît de extractive ale decorului. În consecinţă, atenţia întreagă a spectatorilor este dirijată asupra actorului care trebuie să posede mijloacele de a impresiona prin simpla lui prezenţă scenică. Aceasta presupune nu numai o bună pregătire dramatică, dar şi o predispoziţie atît fizică, cît şi psihică.

Într-adevăr, nu orice bun actor poate deveni un mim de calitate. Acesta trebuie să beneficieze de o condiţie fizică favorabilă exigenţelor pantomimei. Exprimînd totul cu singurul ajutor al trupului său, mimul trebuie să aibă o supleţe cît mai mare, aptă să-i permită o gamă foarte variată de mişcări. Această supleţe trebuie să fie exersată pînă la limitele acrobaţiei pentru a nu stînjeni expresia niciunei acţiuni fizice cerute de rol. Expresivitatea proprie pantomimei cîştigă în mod deosebit prin ritm. Acesta ordonează şi semnifică mişcările cu caracter de sugerare simbolică ale pantomimei, deoarece o pantomimă ridicată la un înalt nivel artistic, crează în spaţiul gol şi tăcut al scenei mirajul plin de vrajă al dansului şi al muzicii.

Într-adevăr prin accente sugestive, prin expresii motivate, mimul îşi compune o ritmică proprie mai pregnantă decît aceea a jocului obişnuit.

Pentru a atinge o calitate superioară în jocul lui, mimul nu se poate însă baza numai pe datele studiate, fie cît de amănunţit, ale interpretării sale. El trebuie să fie capabil de improvizări rapide şi bine motivate, pentru că improvizaţia îşi găseşte o largă şi frecventă întrebuinţare în pantomimă.

* * *

Cu toate înnoirile ei, pantomima păstrează folosirea măştilor, fie ca element de exagerare sau tipizare, fie pentru a realiza o mai mare unitate între expresia trupului şi cea a capului. Pentru a se obişnui să nu întrebuinţeze în jocul său mişcări ale muşchilor feţei (în special gura) proprii jocului care se exprimă şi prin cuvinte, mimul îşi acoperă faţa cu o mască de tul sau tifon. Această mască îi dă posibilitatea să vadă prin ea şi îi asigură o izolare psihică, dîndu-i o mai mare siguranţă. Îi permite, de asemenea şi o concentrare sporită.

Astăzi încă, măştile sînt utilizate pentru a sublinia caracterul expresiv al pantomimei. Cei mai mulţi mimi apar pe scenă cu faţa vopsită în alb, cu un machiaj care accentuează caracterul impersonal al unui spectacol eminamente simbolic.

Pantomima, ca spectacol independent, este înrudită prin caracterul ei ritmic şi expresiv cu categoria modernă a dansului de expresie. Este folosită şi de baletul clasic bazat pe o tehnică a mişcării mai geometrică şi abstractă, pentru realizarea acţiunilor narative şi a efectelor comice.

Pantomima ca spectacol, nu cunoaşte timpi morţi ; este succesiune continuă, acţiune neîntreruptă, şi de aceea, calităţii ei atractive i se adaugă şi necesitatea unei atenţii mereu treze. Un moment de distracţie, de lipsă de concentrare din partea mimului sau a publicului spectator ajunge ca firul continuu să se rupă ; apare hiatusul care destramă farmecul. În ultimă analiză, pantomima beneficiind de atributele artei, nu urmăreşte numai realizarea frumosului, ci mai ales captivarea în interiorul unui adevăr pe care îl proclamă cu mijloace proprii şi convingătoare.

Şi acum, înainte de a trece la studierea unor exerciţii prin care să exemplificăm elemente ale pantomimei, dăm cîteva indicaţii de ordin tehnic general.

Ştim că instrumentul cu care se exprimă mimul este corpul său. Acesta trebuie să fie exersat să reacţioneze automat, instantaneu, la comenzile impuse de concepţia artistului. Pentru a atinge această simultaneitate a impulsului şi a acţiunii, se cer dezvoltate paralel atît gîndirea şi autocontrolul executantului, cît şi calităţile fizice ale corpului care va acţiona.

În ceea ce priveşte exerciţiul de ordin mental, i se cere studentului să cunoască şi să imagineze, să vadă şi să simtă acţiunea sau obiectul întruchipat ; apoi să studieze mişcările cele mai apte, să reprezinte acea acţiune sau obiect şi, în sfîrşit, să posede mijloacele fizice de expresie adecvate.

Pantomima modernă se bazează pe o expresie corporală aproape statică. În jocul său, mimul realizează un ritm anumit cu pauze și accente, care subliniază momentele importante, caracteristice pentru stilul fiecăruia.

Mișcarea e hotărîtă de scopul acțiunii; ea poate fi independentă în spațiu, sau legată de un anumit obiect. Se acționează numai cu acea parte a corpului care este solicitată în raport cu spațiul, sau cu obiectul dat. Orice acțiune sau mișcare a mimului pornește din centrul corpului. Din acest centru respiră mimul, de aici se nasc pornirile, de aici se ridică spre piept, aici adună puterea pentru a reacționa, de aici se încordează corpul. „Statica" pantomimei este activă, dinamică. Presupune expresivitatea trupului chiar cînd este în nemișcare și cere o economie de gesturi chiar în acțiune. Corpul, în poziție verticală, e susținut de coloana vertebrală, centrul fiind linia orizontală dintre stomac și abdomen (punctul central este ombilicul).

Din acest centru dinamic pornesc mișcările mimului și tot aici revin din exterior. Un exemplu îl avem în mișcările de tras și de împins, subiectul fiind noi, obiectul sau obiectivul — în afara noastră.

Exerciții pentru ținută

a) Stînd cu picioarele depărtate — umerii, brațele libere — capul privește înainte. Executînd îndoirea în față, ne concentrăm asupra primei vertebre ș.a.m.d. pînă cînd tot corpul se apleacă încet în jos, din vertebră în vertebră. În această poziție controlăm relaxarea capului și a brațelor.

În a doua fază a exercițiului, corpul revine încet în poziția de „stînd".

b) Din aceeași poziție ca la „a" se realizează îndoirea laterală și revenirea.

c) Stînd cu picioarele depărtate, se execută o răsucire verticală, spre dreapta sau stînga, începînd cu capul, prima vertebră, a doua etc. Revenire la poziția inițială, în derulare de jos în sus.

Deplasări prin împingere

Păstrînd poziția verticală a corpului, cu picioarele ușor depărtate, se execută lateral, înainte și înapoi deplasări prin împingerea:

— *capului* (în timp ce corpul rămîne vertical);
— *a pieptului* (în timp ce capul, bazinul rămîne vertical);
— *a bazinului* (în timp ce capul, pieptul rămîne vertical).

Exerciții cu corpul în planșă

a) Stînd cu picioarele depărtate, înclinarea corpului înainte, lateral și înapoi, cu revenire în verticală.

Indicații :

— Se execută brusc sau lent.
— Se execută prin rotare în jurul axului, vertical.

Triunghiul

a) Stînd cu picioarele depărtate, corpul se apleacă oblic înainte dreapta, cu fandarea piciorului respectiv.

b) Se duce corpul drept, sau ușor aplecat, prin îndoirea genunchilor spre stînga, fandare pe piciorul stîng.

c) Se revine la poziția inițială.

Indicații :

Se poate executa în orice direcție în triunghi cu corpul aplecat. Accentul și ritmul se poate varia în raport cu expresia sugerată (curiozitate, accentul tare pe (a); spaima, accentul, tare pe (b), etc.) În timpul exercițiului brațele pot fi antrenate după dorință.

Exerciții de unduire

a) În sprijin pe genunchi — extensia și rotunjirea spatelui. Mișcarea începe din regiunea lombară a coloanei vertebrale.

b) În sprijin pe genunchi — întinderea spatelui în alunecare, sau mers pe mîini înainte pînă la atingerea podelei cu pieptul, păstrînd coapsele nemișcate.

c) Șezînd pe călcîie, brațele la spate, degetele încleștate cu extensia și rotunjirea spatelui înapoi.

d) Stînd pe genunchi, apoi treptat pe călcîie cu îndoirea trunchiului.

e) La fel ca la (d) din poziția „șezînd pe călcîie îndoit", se răsucește trunchiul la dreapta și la stînga.

Indicații :

Aceste exerciții se pot realiza cu înclinarea și revenirea capului, cu aplecarea trunchiului din regiunea dorsală lombară, și revenire, concomitent cu diferite mișcări ale brațelor. Se va executa din pozițiile: pe genunchi, sau stînd pe loc, sau în deplasare cu sărituri ușoare imitînd pisica, sau un alt animal.

În timpul exercițiului se face autocontrolul asupra coloanei vertebrale, pentru executarea mișcărilor line sau accentuate.

Unda (val)

a) Șezînd pe călcîie cu brațele lîngă corp, trunchiul se apleacă spatele cu extensie în regiunea lombară, umerii și capul rămîn în urmă. Se îndoaie apoi spatele pînă la atingerea genunchilor cu capul; executînd apoi mișcarea în sens invers, în aceeași succesiune se revine la poziția de plecare.

b) Șezînd pe călcîie cu brațele lîngă corp, capul și umerii căzuți; se împing coapsele înainte, cu ridicarea în „stînd pe genunchi", extensie

în regiunea lombară, umerii și capul spre spate; revenire succesivă în sens invers la poziția de plecare.

c) Stînd cu picioarele depărtate, corpul drept, brațele lîngă corp. Se apleacă trunchiul înainte pînă la orizontală, cu extensie în regiunea lombară, umerii și capul rămînînd în urmă; apoi se îndoaie spatele pînă ce capul atinge genunchii îndoiți. Revenire în sens invers în aceeași succesiune.

d) Se repetă exercițiul „c", dar executînd revenirea în continuarea mișcării, adică: capul cu spatele rotund spre genunchi, ridicare cu extensie în regiunea lombară, apoi dorsală, umeri și cap, și revenire la poziția verticală.

e) Valul din ghemuit cu spatele rotund; gambele și coapsele formează un unghi drept. Mișcarea începe cu ducerea succesivă a genunchilor, coapselor, a regiunii lombare, a pieptului și în sfîrșit a regiunii cervicale, înainte. Întinderea picioarelor se termină o dată cu îndreptarea gîtului și a capului. Revenire în poziția „ghemuit".

Indicații :

— Mișcarea în „val" antrenînd un singur braț sau ambele : înainte, înapoi, în rotire. Execuție simultană sau alternativă, în aceeași direcție cu corpul, sau în sens invers.

— Poziția inițială : cu picioarele apropiate sau depărtate, pe talpă sau ridicare pe vîrfuri.

— Se observă îmbinarea justă a mișcărilor executate simultan.

— Accentele ritmează mișcarea, îi dau expresivitate și îi motivează sensul.

Întoarceri

a) Stînd cu picioarele apropiate.

— Se duce piciorul drept întins înainte încrucișat peste stîngul (cu ridicare pe vîrfuri) și se execută o jumătate de întoarcere.

b) La fel ca „a", dar se execută brusc, cu lăsare lentă în genoflexiune.

c) Se execută o întoarcere completă cu ridicarea unui picior îndoit, înainte sau înapoi.

d) La fel ca „c", cu lăsare pe un genunchi.

Indicații :

— Se poate executa și cu picioarele depărtate.

— Se poate executa întoarcerea printr-o ușoară și scurtă săritură.

Accente cu bătăi din picioare

Stînd depărtat cu picioarele îndoite

a) Ridicare pe vîrfuri — revenire.

b) Ridicare pe vîrfuri cu bătaie succesivă din călcîiul drept și stîng.

c) Se ridică pe vîrf piciorul drept cu trecerea greutății corpului pe piciorul stîng, bate călcîiul drept, iar corpul revine.

d) Bătăi din vîrfurile picioarelor, alternativ și simultan.

e) Bătăi energice din vîrful piciorului drept sau stîng.

Indicații :

Se execută bătăi mărunte, dese, cu vîrful piciorului drept (nervos) și răspunde cu o bătaie (hotărîtă) călcîiul piciorului stîng.

Se pot realiza întrebări și răspunsuri pe accente și ritmuri variate.

Variații de mers

1. Pas înainte cu dreptul, de pe vîrf pe toată talpa cu o ușoară retragere a piciorului înapoi prin alunecare. Aceeași mișcare cu piciorul stîng.

Indicații :

Se repetă cu mișcare laterală din șold, cu accent.

Justificare : o femeie cochetă, afectare.

2. Stînd. Piciorul se duce înainte, cu sprijin pe sol fără a atinge podeaua. Prin alunecare pe toată talpa piciorului drept, se apropie de stîngul, pe măsură ce piciorul stîng se îndoaie cu trecere pe vîrf, cu trecerea greutății. Piciorul stîng se duce înainte cu sprijin pe sol. Prin alunecare pe toată talpa piciorul stîng revine, pe măsură ce dreptul se îndoaie cu ridicare pe vîrf, greutatea corpului trece pe dreptul.

Indicații :

Acest mers de pantomimă se execută lent, fără oscilații, pe loc sau în deplasare.

Variind ritmul și accentele, se justifică vîrste sau stări psihice diferite.

3. Stînd. Piciorul pe vîrf înainte, atinge podeaua. Greutatea corpului trece pe acest picior care se lasă pe călcîi. Se execută și cu piciorul stîng.

Indicații :

Se execută pe loc sau în deplasare, cu picioarele apropiate sau depărtate.

Ritmul apăsat justifică mersul greoi împotriva vîntului, sau în zăpadă, în noroi, etc.

4. Urcare pe scară. Stînd. Piciorul drept se ridică înainte la înălțimea treptei imaginare, prin ridicare pe vîrful piciorului stîng corpul se ridică în sus, în timp ce piciorul drept coboară prin împingere pe sol. Greutatea corpului trece pe piciorul dinainte.

Indicații :

Prin mărimea pasului, prin varietatea ritmului, prin indicații cu mîinile, se pot sugera trepte înalte sau joase, stări psihice diferite sau purtarea unor obiecte.

5. Omul care se apropie. Pe scenă uneori actorul sau mimul trebuie să justifice apropierea sau depărtarea care poate să dea iluzia că depășește spațiul scenic printr-un mers special. Poziția inițială. Stînd cu picioarele ușor flexate, spatele rotunjit, capul ușor aplecat înainte, brațele încrucișate la piept.

Printr-o ușoară balansare înainte cu partea de sus a corpului, mișcarea crește prin antrenarea picioarelor, care execută o mișcare din ce în ce mai suplă de îndoire și întindere, pînă la mers pe loc, treptat corpul revine la poziția normală, în timp ce brațele execută mișcarea obișnuită a mersului.

Indicații :

Suita mișcărilor într-un ritm de la lent la accelerat, crează senzația de înaintare și de apropiere spre public a executantului.

Exerciții de improvizație

1. *La volan* — Poziția inițială șezînd (pe un scaun imaginar), mîinile apucă volanul imaginar, din lateral.

Rotirea volanului spre dreapta și spre stînga, pînă la încrucișarea brațelor.

Rotirea volanului cînd cu o mînă cînd cu alta, spre dreapta și spre stînga.

Indicații :

Se păstrează distanța dintre mîini pentru a nu micșora sau mări „volanul" imaginar.

Se execută lent, accelerat, cu opriri.

Se poate executa și cu participarea trunchiului și cu accente.

2. Observare, urmărire, pîndă. — Stînd cu picioarele depărtate. Brațul stîng îndoit în fața pieptului, brațul drept întins lateral.

Poziția brațelor se schimbă lent sau accelerat.

Se antrenează capul și trunchiul cu îndoirea și redresarea genunchilor.

Indicații :

Se execută la început ca un exercițiu de gimnastică. Intervenția accentelor diferite crează justificări ca : urmărirea, arătarea cuiva, ferirea de cineva etc.

Cu bătăi din vîrful sau călcîiul piciorului, se accentuează mișcarea. Ritmul variază după necesitatea acțiunii.

3. *Înot.* Stînd cu brațul stîng înainte, dreptul înapoi. Printr-o îndoire brațul drept se duce înainte, iar stîngul înapoi, imitînd mișcarea de crowl.

Mișcarea se execută în același sens dîndu-i-se o altă justificare, de exemplu : trecerea printr-un lan de grîu.

Exercițiu cu obiect imaginar

1. Stînd, *„bastonul"* orizontal apucat de cele două capete.

Cînd se ridică mîna stîngă de pe baston mîna dreaptă se încordează pentru a ține singură bastonul. Capul se întoarce spre capătul eliberat al bastonului, și urmărește cu privirea ridicarea la verticală a acestuia. Bastonul este coborît cu capătul liber pe sol, executantul sprijinindu-se cu ambele mîini pe capătul de sus al bastonului. Un picior încrucișat într-o atitudine de relaxare.

2. *Bandă rulantă* — Stînd cu picioarele depărtate. Brațul drept (mîna fiind considerată obiect) se duce spre dreapta lateral înainte, palma întinsă înainte.

Prima împingere orizontală în linie dreaptă spre stînga, palma este adusă în față cu brațul îndoit. Mîna stîngă îi ia locul continuînd împingerea în aceeași direcție. În acest timp brațul drept coboară.

Mișcarea se repetă.

Indicații :

Mișcarea se face cu o fandare laterală și cu participarea trunchiului în direcția mișcării brațului. Banda rulantă se poate executa cu mai mulți participanți așezați într-o linie dreaptă.

Printr-o execuție concomitentă, sau prin trecerea obiectului imaginar (cărămidă) de la un executant la altul.

Punctul fix

1. *Fereastra.* — Stînd. Mîna dreaptă se ridică în dreptul umărului, sprijinind palma deschisă pe o fereastră imaginară situată în fața executantului (pe geam). Mîna stîngă execută aceeași mișcare.

— Mîinile se depărtează în lateral (cu palmele pe suprafața imaginară a ferestrei) și revin la poziția inițială.

— Cu un pas înapoi corpul se îndepărtează de punctul fix (fereastră) mîinile rămînînd pe suprafața imaginară a ferestrei și revine la poziția inițială.

— Ridicare pe vîrfuri, trecere în ghemuit, revenire la poziția stînd.

— Se ia mîna dreaptă de pe fereastră și se întinde înapoi.

Indicații :

În timpul exercițiului executanții trebuie să simtă că ating suprafața ferestrei (imaginare) și să păstreze planul în alunecarea miinilor.

2. *Coloană* — Stînd. Executantul își imaginează că în fața lui se ridică o coloană imaginară, de o anumită dimensiune, în jurul căreia el își va desfășura exercițiul. La început ia contact cu suprafața coloanei, alunecînd cu palmele în sus și în jos, în lateral, modelînd prin mișcările miinilor forma coloanei.

— Păstrînd o mînă pe suprafața coloanei se execută diferite exerciții, din mers sau din alergare, în jurul coloanei.

— Stînd cu spatele spre coloană, cu miinile înapoi, jos, sau deasupra capului, se va simți suprafața coloanei, și se vor executa cîteva exerciții cu justificarea fiecărui gest.

Indicații :

Obiectul (coloana) este sugerat prin mișcările mimului.
Coloana la rîndul ei, justifică mișcările executantului.

3. *Ridicare și transport.* — Stînd cu picioarele depărtate. Executantul se apleacă — prin îndoirea genunchilor — asupra obiectului imaginar (un geamantan greu). Cu mîna dreaptă el prinde mînerul, în timp ce greutatea bazinului trece pe piciorul stîng.

— Corpul revine la poziția inițială. Concomitent, geamantanul este ridicat în timp ce bazinul se deplasează în direcția greutății.

— Brațul stîng se ridică în lateral pentru menținerea echilibrului, și sugerarea greutății.

— Se execută cîțiva pași în această poziție.

4. *Trasul frînghiei.* — Stînd cu fața la o frînghie imaginară care atîrnă vertical.

— Frînghia este apucată deasupra capului, cu ambele miini.

— Frînghia este trasă în jos prin încordarea întregului corp, pînă la poziția pe genunchi.

În timpul tracțiunii în jos (pentru a da impresia unui exercițiu de mare dificultate) executantul se ridică pe vîrfuri.

— Frînghia se rupe, corpul își pierde echilibrul și cade.

5. *Tracțiune laterală.* — Stînd lateral față de partenerul imaginar, se apucă capătul frînghiei (aruncat de partenerul imaginar).

— Se execută tracțiunea de la dreapta spre stînga prin apucarea succesivă cu miinile, a frînghiei.

— În timpul mișcării de tracțiune, bazinul este împins lateral spre dreapta.

Indicații :

Exercițiul se poate executa și cu partener real, scoțîndu-l pe celălalt din scenă.

Se poate realiza cu deplasări sau pierdere de echilibru.

Se poate executa, cu schimbarea direcției — trăgînd frînghia cu ajutorul umărului.

6. *Împingere.* — Executantul stă cu un picior înainte, miinile fixate pe suprafața verticală a unui dulap imaginar.

— Prin împingere cu picioarele în sol, bazinul este dus înainte, spatele se rotunjește, și prin încordarea brațelor, dulapul este împins înainte.

— Acțiunea de împingere se continuă în mers.

Indicații :

Executantul împinge un obiect imaginar, deci punctul de reazăm este piciorul din față. Pentru împingerea unui obiect real punctul de reazăm este piciorul din spate.

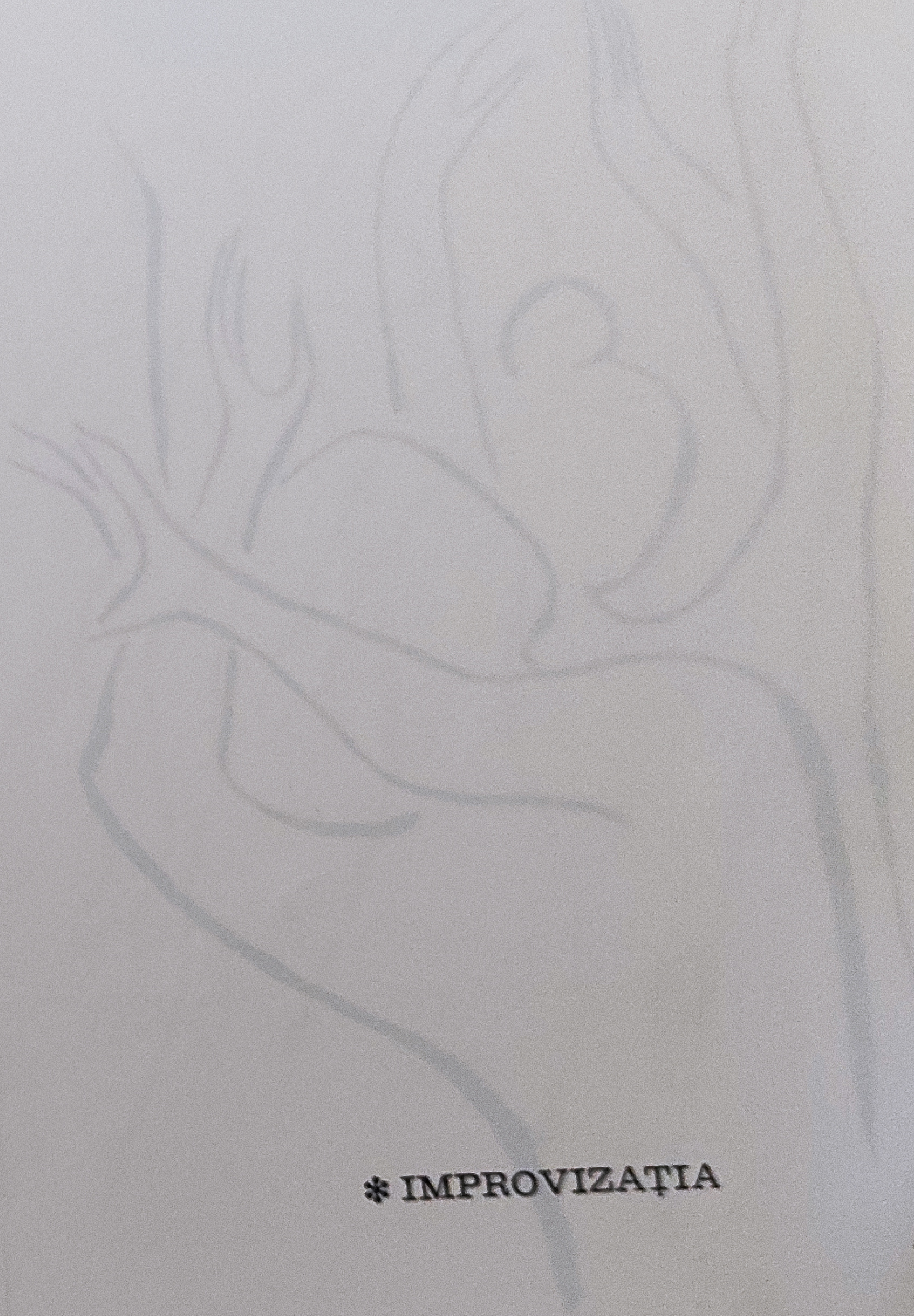
Împingerea se poate face și cu umărul, sau cu spatele.

Se poate realiza și în doi.

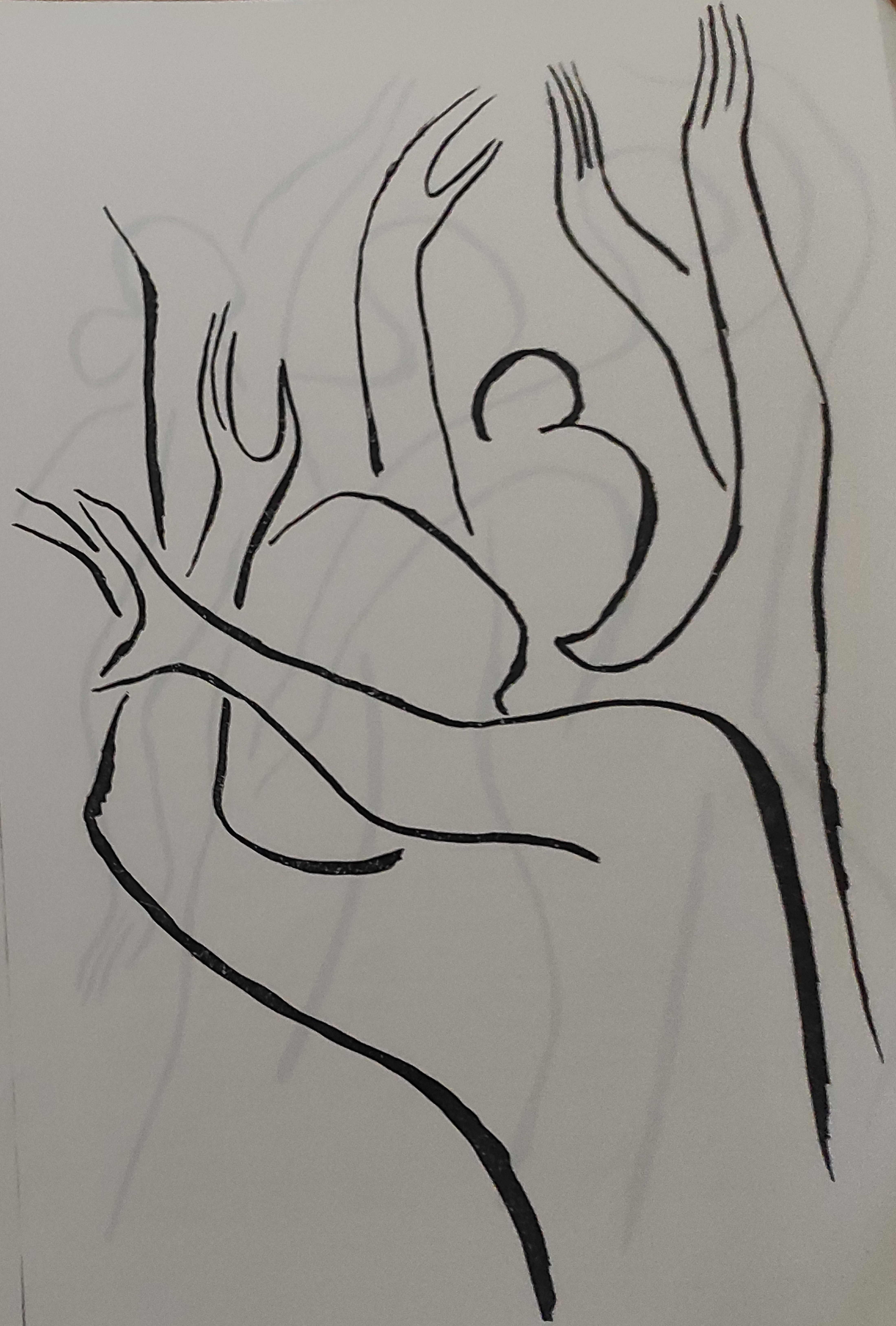
Cu exercițiile de mai sus am atins cîteva teme simple, care pun în acțiune brațele, picioarele, sau tot corpul, ca puncte de plecare în realizarea unor improvizații ulterioare mai ample. Acțiunile fizice studiate mai sus, cu motivări sumare, pot servi la interpretarea unei game de improvizații largi. Variind tema pe baza acelorași acțiuni fizice, dar cu interpretări psihice diferite, se pot studia improvizații bazate fie pe acțiuni izvorîte din senzații ca : foame, sete, frig, căldură, somn etc., fie din sentimente ca : bucurie, tristețe, mînie, ură etc., fie cele definind caractere ca : timid, îngîmfat, curajos, laș etc.

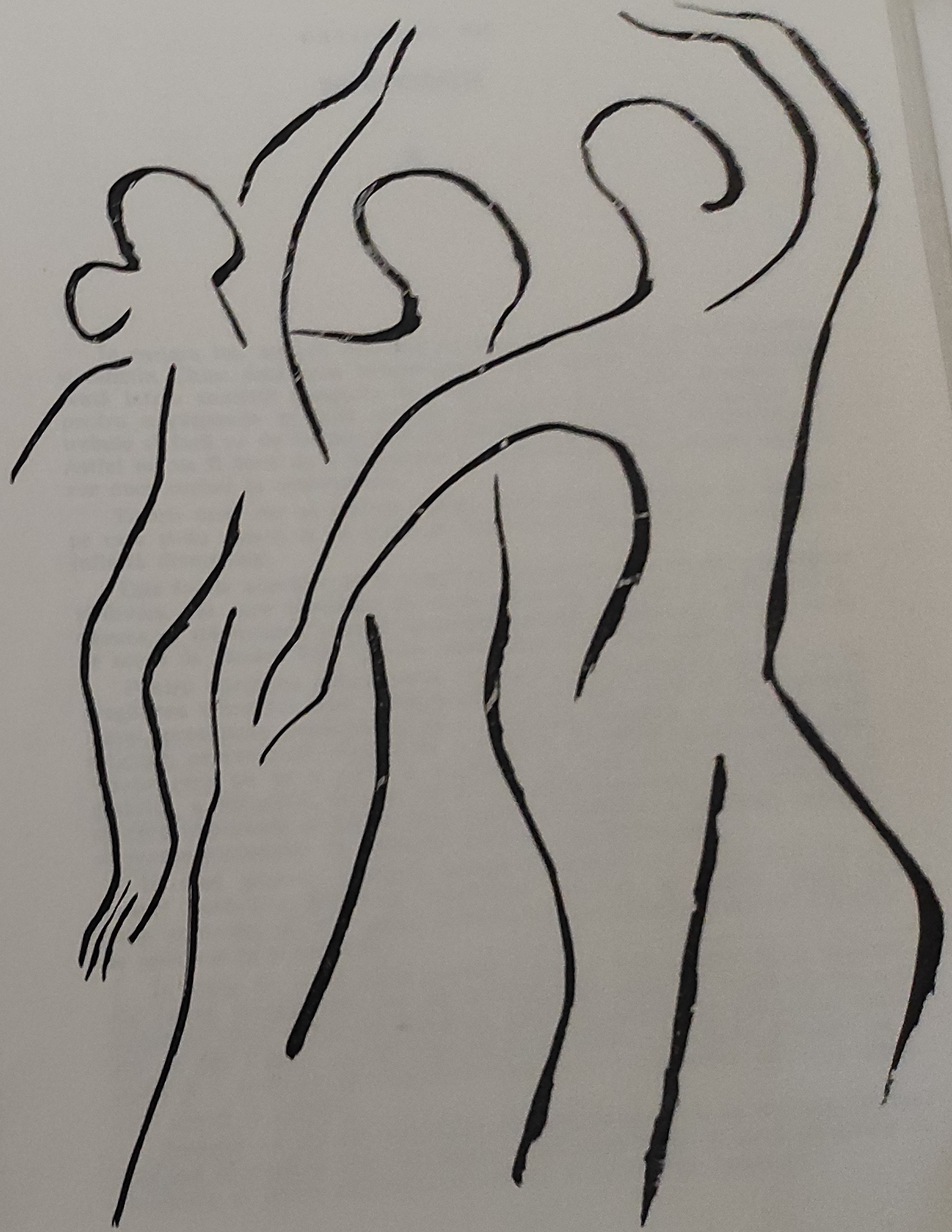
Pe aceeași bază se pot studia improvizații cu teme de muncă : scris la mașină, cusut, tăiat lemne, tricotat etc. ca și acțiuni comice de categoria „lazzilor" din Commedia dell'Arte ca : alunecări, lupte, căderi, fugăriri, prinsul muștelor, ferirea de albine etc.

Cu aceste studii se va urmări dezvoltarea și motivarea acțiunilor fizice — de la simplu la complex — ca și a imaginației și a unui discernămînt selectiv capabil de reușite estetice.



✻ IMPROVIZAȚIA





IMPROVIZAȚIA

*

În cariera lui, actorul este pus în fața unor situații foarte diverse și dificile. Chiar dacă prin temperament, sau aspect fizic, se specializează într-o anumită categorie de roluri, nu e mai puțin adevărat că, pentru a răspunde în mod creator cerințelor fiecărei interpretări, el trebuie să facă uz de fiecare dată de mobilitatea psihică și inventivitate. Astfel nu va fi ferit de o îngustare a posibilităților lui scenice, care îl vor duce curînd la schematism.

Tinerii care vor să devină actori, trebuie să înțeleagă că meseria pe care și-au ales-o, îi va pune în fața unor situații mereu noi, de o infinită diversitate.

Este foarte adevărat că și viața ne solicită în mod firesc, neașteptat și divers, dar spre deosebire de omul obișnuit, actorul va trebui întotdeauna să stăpînească în mod conștient această diversitate, afirmîndu-se pe scenă de fiecare dată într-un mod propriu și convingător.

Pentru atingerea acestui scop, studiul improvizației ocupă un loc în pregătirea viitorului actor. Improvizația, așa cum e definită de termenul însuși, presupune posibilitatea de a răspunde spontan și dinamic unor solicitări neprevăzute, dictate fie din afară, fie chiar de subiect. Improvizația cere pe de o parte o stăpînire cît mai perfectă a mișcării, a gestului, a atitudinii, care să fie în perfectă concordanță cu intenția ce se cere exprimată și pe de altă parte o imaginație exersată, capabilă să creeze modalități de expresie inedite, surprinzătoare.

În mod general, oamenii uzează în exprimarea intențiilor lor de gesturi dobîndite printr-un mimetism natural, de foarte multe ori puțin controlat și, din cauza aceasta nu întotdeauna adecvat intenției pe care vor să o exprime.

În viața de toate zilele survin frecvent neînțelegeri între oameni, din cauza incapacității lor de a comunica între ei autentic, de a-și transmite unul altuia cu fidelitate pornirile adevărate. De aceea auzim atît de des frazele „n-am vrut să spun asta", „nu m-ai înțeles", ca o scuză și o acuzație de imposibilitatea de a fi receptivi conform intențiilor adînci și sincere.

Desigur că un om conștient de greutatea de a se integra cît mai profund în mediul său, va căuta *să-și controleze și să-și adapteze cu luciditate și finețe expresia exterioară a mișcărilor interioare.*

În aceeași măsură va fi atent la neconcordanțele pe care le va surprinde în jurul lui, cu dorința de a le corecta. În acest fel se pot stabili între oameni relații armonioase, care, bazate pe înțelegerea subtilă a unui cod uman acceptat, să evite inadvertențe generatoare nu numai de neînțelegeri superficiale, dar și de suferințe adînci.

Actorului îi revine sarcina de a fi, de la înălțimea scenei, capabil să arate celor din sală gestul cel mai adevărat, expresia cea mai pregnantă prin care să comunice nemijlocit și fără echivoc.

Prin actor fiecare spectator trebuie să realizeze, ceea ce ar fi o lume ideală, în care între indivizi, prin felul lor adecvat de a se exprima s-ar stabili legături de o desăvîrșită concordanță.

Iată de ce teatrul a fost întotdeauna considerat ca o școală pentru marele public, nu numai prin tema propusă.

Dacă viitorul actor va înțelege profund rolul care îi revine în societate, el va accepta cu toată seriozitatea rigorile impuse de dobîndirea calităţii de actor.

De aceea, unor exerciții cu caracter mai mult fizic din studiul de mișcare, sau acelora care au ca scop să-i exerseze memoria și care cer un efort mai ușor de realizat, li se adaugă acelea de „improvizație", care, solicitînd un aport personal mai marcat, cer studentului *un minuțios și exigent sondaj al capacității lui creatoare.*

Tînărul actor trebuie să fie convins că meseria pe care o va face, nu-i va permite niciodată confortul instalării lui într-o lume de acumulări dobîndite și că, prin calitatea ei specific artistică, îi va cere întotdeauna autodepășire.

Doar dacă va fi mereu receptiv, mereu capabil să trăiască profund și înnoit orice situație, prin capacitatea de a vibra autentic și de a-și stimula necontenit imaginația, păstrîndu-și prospețimea de receptare și potențare a realității după criterii artistice, doar așa va putea să se numere printre adevărații actori.

Studiul de „Improvizație" prezintă tinerilor premizele a ceea ce mai tîrziu cariera lor le va cere în materie de spontaneitate creatoare, aptă să păstreze în ei elasticitatea cerută integrării cît mai perfecte în fiecare rol.

Improvizația, cerînd un efort personal mai marcat, permite dezvoltarea personalității studenților. După cum știm, un același pretext poate fi rezolvat în infinite feluri. Studentul va fi stimulat, ca în rezolvările pe care le va aduce, să se exprime cît mai personal, să evite soluțiile facile, să sondeze în el, ce îi este mai propriu. În acest fel va dobîndi nu numai capacitatea de a se analiza și de a stimula în el resurse necunoscute, dar va avea și bucuria, în exercițiile izbutite, de a se fi găsit pe sine și de a comunica în mod autentic cu cei din jur. Observat îndeaproape de profesor și de colegii lui, într-o atmosferă care îi permite o degajare interioară și exterioară, studentul va căuta soluționări noi, încercînd să nu reproducă rezolvări deja cunoscute. Desigur că este una dintre problemele cele mai grele care se pun studentului. Tributar mediului din care face parte, cu o experiență de viață încă redusă, cu o cultură în specialitate foarte mică, înșelat de multe ori de entuziasmul plin de încredere al tinereții, el va trebui să fie foarte îndeaproape dirijat, pentru ca devenind treptat conștient de

posibilitățile sale proprii, să fie apt să selecționeze și să întrebuințeze rezolvări satisfăcătoare.

Dacă nu fiecare student va putea ajunge un mare actor, este totuși necesar ca fiecare să deprindă în cursul anilor de studii un discernămînt sigur, care să-i permită o expresie clară, lipsită de echivoc, integrîndu-se în limitele bunului gust.

În progresiunea lui, cursul de improvizație propune teme foarte variate. Prin acestea, studentul va cuprinde cu încetul nu numai o arie foarte largă de expresivitate artistică, dar prin stimularea atît de variată a imaginației, va descoperi încetul cu încetul universul lui propriu interior, se va pune în acord cu exteriorul și astfel se va delimita ca personalitate conștientă.

În același timp, prin exercițiile de impovizație, el va învăța să selecționeze din mijloacele de expresie proprii pe cele ce se vor dovedi mai definitorii pentru personalitatea sa. Astfel se vor putea decanta în viitorul actor coordonatele lui specifice, permițînd orientarea viitoare către un stil personal.

În spectacolul teatral, improvizația a existat întotdeauna; cu alte cuvinte, actorul a avut latitudinea să intervină cu un aport propriu inedit. Bineînțeles că o improvizație reușită trebuie să se mențină în cadrul desfășurării cerute de text, iar elementul surpriză, pe care-l presupune, să nu rupă unitatea spectacolului.

A existat un gen de spectacol, care, prin importanța pe care a acordat-o improvizației, era denumit chiar „Commedia dell'Improviso".

Binecunoscuta „Commedia dell'Arte" oferă în istoria teatrului exemplul unei mari libertăți acordate actorului, într-o vreme în care unui public foarte amator să se distreze, i se ofereau ca spectacol piese concepute după o schemă simplă. Aceasta trasa conflicte obișnuite, general umane, cu localizări de circumstanță și în care textul sărac era susținut de un joc plin de inventivitate „all'improviso", care fermeca publicul.

Actorul Commediei dell'Arte venea cu un foarte mare aport personal. Umplea scena cu verva lui mereu proaspătă. Acestei capacități de înnoire, de inventivitate spontană s-a datorat marea popularitate a Commediei dell'Arte. Actorii ei, — foarte iubiți și prețuiți de public, — aveau calitatea ca printr-un instinct scenic sigur, să stabilească un contact viu și direct cu sala, să simtă pulsul sălii.

Cu posibilități multilaterale, fiind în același timp actori, mimi, dansatori și acrobați, — actorii Commediei dell'Arte, chiar dacă nu recurgeau la un joc foarte subtil, își cîștigau publicul prin virtuozitate și autenticitate.

Spectacolul modern a îngrădit într-un fel expansiunea liberă a actorului pe scenă, cerîndu-i în același timp o mult mai selectivă adîncire a jocului. Situațiile propuse de piese s-au diversificat tot mai mult. Reprezentarea scenică s-a îmbogățit, cerîndu-i actorului o cît mai fidelă integrare.

Pe de altă parte, spectacolul este considerat ca o unitate complexă, în care actorul este condiționat de elemente atît de multiple care îl compun.

În aceeași măsură va fi atent la neconcordanțele pe care le va surprinde în jurul lui, cu dorința de a le corecta. În acest fel se pot stabili între oameni relații armonioase, care, bazate pe înțelegerea subtilă a unui cod uman acceptat, să evite inadvertențe generatoare nu numai de neînțelegeri superficiale, dar și de suferințe adînci.

Actorului îi revine sarcina de a fi, de la înălțimea scenei, capabil să arate celor din sală gestul cel mai adevărat, expresia cea mai pregnantă prin care să comunice nemijlocit și fără echivoc.

Prin actor fiecare spectator trebuie să realizeze, ceea ce ar fi o lume ideală, în care între indivizi, prin felul lor adecvat de a se exprima s-ar stabili legături de o desăvîrșită concordanță.

Iată de ce teatrul a fost întotdeauna considerat ca o școală pentru marele public, nu numai prin tema propusă.

Dacă viitorul actor va înțelege profund rolul care îi revine în societate, el va accepta cu toată seriozitatea rigorile impuse de dobîndirea calității de actor.

De aceea, unor exerciții cu caracter mai mult fizic din studiul de mișcare, sau acelora care au ca scop să-i exerseze memoria și care cer un efort mai ușor de realizat, li se adaugă acelea de „improvizație", care, solicitînd un aport personal mai marcat, cer studentului *un minuțios și exigent sondaj al capacității lui creatoare.*

Tînărul actor trebuie să fie convins că meseria pe care o va face, nu-i va permite niciodată confortul instalării lui într-o lume de acumulări dobîndite și că, prin calitatea ei specific artistică, îi va cere întotdeauna autodepășire.

Doar dacă va fi mereu receptiv, mereu capabil să trăiască profund și înnoit orice situație, prin capacitatea de a vibra autentic și de a-și stimula necontenit imaginația, păstrîndu-și prospețimea de receptare și potențare a realității după criterii artistice, doar așa va putea să se numere printre adevărații actori.

Studiul de „Improvizație" prezintă tinerilor premizele a ceea ce mai tîrziu cariera lor le va cere în materie de spontaneitate creatoare, aptă să păstreze în ei elasticitatea cerută integrării cît mai perfecte în fiecare rol.

Improvizația, cerînd un efort personal mai marcat, permite dezvoltarea personalității studenților. După cum știm, un același pretext poate fi rezolvat în infinite feluri. Studentul va fi stimulat, ca în rezolvările pe care le va aduce, să se exprime cît mai personal, să evite soluțiile facile, să sondeze în el, ce îi este mai propriu. În acest fel va dobîndi nu numai capacitatea de a se analiza și de a stimula în el resurse necunoscute, dar va avea și bucuria, în exercițiile izbutite, de a se fi găsit pe sine și de a comunica în mod autentic cu cei din jur. Observat îndeaproape de profesor și de colegii lui, într-o atmosferă care îi permite o degajare interioară și exterioară, studentul va căuta soluționări noi, încercînd să nu reproducă rezolvări deja cunoscute. Desigur că este una dintre problemele cele mai grele care se pun studentului. Tributar mediului din care face parte, cu o experiență de viață încă redusă, cu o cultură în specialitate foarte mică, înșelat de multe ori de entuziasmul plin de încredere al tinereții, el va trebui să fie foarte îndeaproape dirijat, pentru ca devenind treptat conștient de

posibilitățile sale proprii, să fie apt să selecționeze și să întrebuințeze rezolvări satisfăcătoare.

Dacă nu fiecare student va putea ajunge un mare actor, este totuși necesar ca fiecare să deprindă în cursul anilor de studii un discernămînt sigur, care să-i permită o expresie clară, lipsită de echivoc, integrîndu-se în limitele bunului gust.

În progresiunea lui, cursul de improvizație propune teme foarte variate. Prin acestea, studentul va cuprinde cu încetul nu numai o arie foarte largă de expresivitate artistică, dar prin stimularea atît de variată a imaginației, va descoperi încetul cu încetul universul lui propriu interior, se va pune în acord cu exteriorul și astfel se va delimita ca personalitate conștientă.

În același timp, prin exercițiile de impovizație, el va învăța să selecționeze din mijloacele de expresie proprii pe cele ce se vor dovedi mai definitorii pentru personalitatea sa. Astfel se vor putea decanta în viitorul actor coordonatele lui specifice, permițînd orientarea viitoare către un stil personal.

În spectacolul teatral, improvizația a existat întotdeauna ; cu alte cuvinte, actorul a avut latitudinea să intervină cu un aport propriu inedit. Bineînțeles că o improvizație reușită trebuie să se mențină în cadrul desfășurării cerute de text, iar elementul surpriză, pe care-l presupune, să nu rupă unitatea spectacolului.

A existat un gen de spectacol, care, prin importanța pe care a acordat-o improvizației, era denumit chiar „Commedia dell'Improviso".

Binecunoscuta „Commedia dell'Arte" oferă în istoria teatrului exemplul unei mari libertăți acordate actorului, într-o vreme în care unui public foarte amator să se distreze, i se ofereau ca spectacol piese concepute după o schemă simplă. Aceasta trasa conflicte obișnuite, general umane, cu localizări de circumstanță și în care textul sărac era susținut de un joc plin de inventivitate „all'improviso", care fermeca publicul.

Actorul Commediei dell'Arte venea cu un foarte mare aport personal. Umplea scena cu verva lui mereu proaspătă. Acestei capacități de înnoire, de inventivitate spontană s-a datorat marea popularitate a Commediei dell'Arte. Actorii ei, — foarte iubiți și prețuiți de public, — aveau calitatea ca printr-un instinct scenic sigur, să stabilească un contact viu și direct cu sala, să simtă pulsul sălii.

Cu posibilități multilaterale, fiind în același timp actori, mimi, dansatori și acrobați, — actorii Commediei dell'Arte, chiar dacă nu recurgeau la un joc foarte subtil, își cîștigau publicul prin virtuozitate și autenticitate.

Spectacolul modern a îngrădit într-un fel expansiunea liberă a actorului pe scenă, cerîndu-i în același timp o mult mai selectivă adîncire a jocului. Situațiile propuse de piese s-au diversificat tot mai mult. Reprezentarea scenică s-a îmbogățit, cerîndu-i actorului o cît mai fidelă integrare.

Pe de altă parte, spectacolul este considerat ca o unitate complexă, în care actorul este condiționat de elementele atît de multiple care îl compun.

În aceeași măsură va fi atent la neconcordanțele pe care le va surprinde în jurul lui, cu dorința de a le corecta. În acest fel se pot stabili între oameni relații armonioase, care, bazate pe înțelegerea subtilă a unui cod uman acceptat, să evite inadvertențe generatoare nu numai de neînțelegeri superficiale, dar și de suferințe adînci.

Actorului îi revine sarcina de a fi, de la înălțimea scenei, capabil să arate celor din sală gestul cel mai adevărat, expresia cea mai pregnantă prin care să comunice nemijlocit și fără echivoc.

Prin actor fiecare spectator trebuie să realizeze, ceea ce ar fi o lume ideală, în care între indivizi, prin felul lor adecvat de a se exprima s-ar stabili legături de o desăvîrșită concordanță.

Iată de ce teatrul a fost întotdeauna considerat ca o școală pentru marele public, nu numai prin tema propusă.

Dacă viitorul actor va înțelege profund rolul care îi revine în societate, el va accepta cu toată seriozitatea rigorile impuse de dobîndirea calității de actor.

De aceea, unor exerciții cu caracter mai mult fizic din studiul de mișcare, sau acelora care au ca scop să-i exerseze memoria și care cer un efort mai ușor de realizat, li se adaugă acelea de „improvizație", care, solicitînd un aport personal mai marcat, cer studentului *un minuțios și exigent sondaj al capacității lui creatoare.*

Tînărul actor trebuie să fie convins că meseria pe care o va face, nu-i va permite niciodată confortul instalării lui într-o lume de acumulări dobîndite și că, prin calitatea ei specific artistică, îi va cere întotdeauna autodepășire.

Doar dacă va fi mereu receptiv, mereu capabil să trăiască profund și înnoit orice situație, prin capacitatea de a vibra autentic și de a-și stimula necontenit imaginația, păstrîndu-și prospețimea de receptare și potențare a realității după criterii artistice, doar așa va putea să se numere printre adevărații actori.

Studiul de „Improvizație" prezintă tinerilor premizele a ceea ce mai tîrziu cariera lor le va cere în materie de spontaneitate creatoare, aptă să păstreze în ei elasticitatea cerută integrării cît mai perfecte în fiecare rol.

Improvizația, cerînd un efort personal mai marcat, permite dezvoltarea personalității studenților. După cum știm, un același pretext poate fi rezolvat în infinite feluri. Studentul va fi stimulat, ca în rezolvările pe care le va aduce, să se exprime cît mai personal, să evite soluțiile facile, să sondeze în el, ce îi este mai propriu. În acest fel va dobîndi nu numai capacitatea de a se analiza și de a stimula în el resurse necunoscute, dar va avea și bucuria, în exercițiile izbutite, de a se fi găsit pe sine și de a comunica în mod autentic cu cei din jur. Observat îndeaproape de profesor și de colegii lui, într-o atmosferă care îi permite o degajare interioară și exterioară, studentul va căuta soluționări noi, încercînd să nu reproducă rezolvări deja cunoscute. Desigur că este una dintre problemele cele mai grele care se pun studentului. Tributar mediului din care face parte, cu o experiență de viață încă redusă, cu o cultură în specialitate foarte mică, înșelat de multe ori de entuziasmul plin de încredere al tinereții, el va trebui să fie foarte îndeaproape dirijat, pentru ca devenind treptat conștient de

posibilitățile sale proprii, să fie apt să selecționeze și să întrebuințeze rezolvări satisfăcătoare.

Dacă nu fiecare student va putea ajunge un mare actor, este totuși necesar ca fiecare să deprindă în cursul anilor de studii un discernămînt sigur, care să-i permită o expresie clară, lipsită de echivoc, integrîndu-se în limitele bunului gust.

În progresiunea lui, cursul de improvizație propune teme foarte variate. Prin acestea, studentul va cuprinde cu încetul nu numai o arie foarte largă de expresivitate artistică, dar prin stimularea atît de variată a imaginației, va descoperi încetul cu încetul universul lui propriu interior, se va pune în acord cu exteriorul și astfel se va delimita ca personalitate conștientă.

În același timp, prin exercițiile de impovizație, el va învăța să selecționeze din mijloacele de expresie proprii pe cele ce se vor dovedi mai definitorii pentru personalitatea sa. Astfel se vor putea decanta în viitorul actor coordonatele lui specifice, permițînd orientarea viitoare către un stil personal.

În spectacolul teatral, improvizația a existat întotdeauna; cu alte cuvinte, actorul a avut latitudinea să intervină cu un aport propriu inedit. Bineînțeles că o improvizație reușită trebuie să se mențină în cadrul desfășurării cerute de text, iar elementul surpriză, pe care-l presupune, să nu rupă unitatea spectacolului.

A existat un gen de spectacol, care, prin importanța pe care a acordat-o improvizației, era denumit chiar „Commedia dell'Improviso".

Binecunoscuta „Commedia dell'Arte" oferă în istoria teatrului exemplul unei mari libertăți acordate actorului, într-o vreme în care unui public foarte amator să se distreze, i se ofereau ca spectacol piese concepute după o schemă simplă. Aceasta trasa conflicte obișnuite, general umane, cu localizări de circumstanță și în care textul sărac era susținut de un joc plin de inventivitate „all'improviso", care fermeca publicul.

Actorul Commediei dell'Arte venea cu un foarte mare aport personal. Umplea scena cu verva lui mereu proaspătă. Acestei capacități de înnoire, de inventivitate spontană s-a datorat marea popularitate a Commediei dell'Arte. Actorii ei, — foarte iubiți și prețuiți de public, — aveau calitatea ca printr-un instinct scenic sigur, să stabilească un contact viu și direct cu sala, să simtă pulsul sălii.

Cu posibilități multilaterale, fiind în același timp actori, mimi, dansatori și acrobați, — actorii Commediei dell'Arte, chiar dacă nu recurgeau la un joc foarte subtil, își cîștigau publicul prin virtuozitate și autenticitate.

Spectacolul modern a îngrădit într-un fel expansiunea liberă a actorului pe scenă, cerîndu-i în același timp o mult mai selectivă adîncire a jocului. Situațiile propuse de piese s-au diversificat tot mai mult. Reprezentarea scenică s-a îmbogățit, cerîndu-i actorului o cît mai fidelă integrare.

Pe de altă parte, spectacolul este considerat ca o unitate complexă, în care actorul este condiționat de elementele atît de multiple care îl compun.

În acest angrenaj minuțios pregătit, actorul e și el o piesă, care trebuie să răspundă cît mai perfect solicitărilor cerute de ansamblu.

În condițiile teatrului modern, spontaneitatea actorului apare limitată. Totuși, dacă numai rareori e nevoie ca prin ingenuozitatea sa să repare anumite deficiențe, să salveze momente critice, spectacolul a ajunst la un înalt nivel, care cere actorului să răspundă în permanență prin mijloace cît mai perfecționate. De aceea, improvizația nu mai este lăsată la libera inspirație de moment a actorului, nu mai este o demonstrație inerentă unui temperament, ci este modalitatea de a exersa mereu capacitatea de a inventa noi combinări menite să dezvolte un joc tot mai fin nuanțat.

Publicul de astăzi, al cărui orizont cultural s-a amplificat și s-a adîncit considerabil, nu poate fi emoționat prin soluționări facile, superficiale, sau convenționale. De altfel și problematica teatrului modern, fiind axată pe conflicte tot mai general, mai esențial umane, exprimate de multe ori prin intermediul sintetic al metaforei, solicită actorului, cît și publicului, capacitatea de a se emoționa, de a vibra la un nivel superior.

Din cele expuse pînă acum, se poate deduce că studiul „Improvizației" demonstrează necesitatea în teatrul modern a unui *antrenament conștient al imaginației.*

Bineînțeles, pentru desăvîrșirea lui, viitorul actor va trebui să dezvolte acest studiu în mai multe etape.

Cerînd — așa cum am spus la început — ca o condiție prealabilă, o degajare cît mai completă de inhibițiile care frînează o liberă expansiune, studiul improvizației cuprinde o gamă foarte largă de exerciții.

În primele întîlniri dintre studenți și profesori în cadrul studiului „Improvizației", se pune problema adaptării studenților la spațiul specific al scenei și a legăturilor care trebuie să se stabilească între tineri pe de o parte, și între studenți și profesor pe de alta, în vederea lucrului comun.

Pentru ca să fie mai ușor înlăturată stînjeneala cu care studenții abordează temele propuse de profesor, pentru a le facilita o degajare rapidă și cît mai completă, și pentru a permite profesorului o luare de contact globală cu clasa, primele exerciții de „improvizație", propun teme simple de experiență inedită a tinerilor, executate în grup.

Faptul de a se găsi împreună în spațiul indicat ca scenă, crează prin solidaritatea inerentă unei situații comune, încă din primele momente, un început de coeziune. Profesorul va indica o acțiune care solicitînd întregul grup, va antrena pe fiecare student în rezolvarea ei.

Nu este vorba de a formula criterii, ci deocamdată este important ca studenții să se simtă cît mai degajați și profesorul să ia act de posibilitățile lor naturale.

Odată creată o atmosferă de lucru, în care studenții să-și simtă stimulată ingenuozitatea lor de a răspunde situațiilor propuse, se trece la etapa studiului propriu-zis. Acesta va progresa punînd de fiecare dată pe studenți în fața unor probleme noi a căror rezolvare va cere un continuu surplus de inventivitate și o tot mai mare stăpînire a mijloacelor expresive. Desigur că pentru atingerea acestui scop profesorul va

solicita individual pe fiecare student, cu grija mereu atentă a integrării lui în efortul comun.

O primă etapă care trebuie cîștigată este cea a improvizării unor mișcări dictate de acțiuni, care vor fi propuse studenților. Expresia lor fizică va trebui să sugereze cît mai bine acțiunea propusă.

Este vorba de acțiuni simple, curente, pe care fiecare student are impresia că le exprimă satisfăcător în mod natural, dar care, prelucrate după criterii scenice, vor suferi o modelare specifică.

Odată capabili să-și coordoneze mișcările propriului trup, studenții vor fi solicitați să stabilească relații cu diverse obiecte introduse în anumite elemente de decor.

Apoi, lărgind mereu aria confruntărilor, studenții vor exersa improvizații în cadrul unor condiții atmosferice variate.

Toate aceste exerciții, — solicitînd pe fiecare student în parte, dar creînd și situații de colaborare cu partenerii — sînt menite să permită o orientare și un răspuns cît mai viu și mai potrivit, într-un cadru real propus.

Dar pentru o mai mare stimulare a imaginației, studenții vor fi puși în fața unor probleme în care temele au un caracter imaginar. Desigur, le va fi mult mai greu să execute teme, în care vor trebui să imagineze existența obiectului cu care vor lucra, sau să supună obiectul imaginat la transformări succesive, în cursul acțiunii.

De asemenea, introducerea lor în fantasticul basmelor, sau în ipostaza de a se transforma în păsări, animale, copaci etc. va cere pe lîngă o cunoaștere a sensurilor simbolice incluse în basme, sau a specificului diverselor elemente ale naturii, și o capacitate deosebită de transpunere în situații neobișnuite.

Dar prin acomodarea treptată la teme tot mai îndepărtate de cadrul familiar, studenții vor dobîndi capacitatea și chiar plăcerea de a aborda experiențe scenice, care cer o tot mai mare obiectivitate a micului lor „eu" personal.

Legate foarte strîns de studiile de pantomimă, aceste exerciții de improvizație permit viitorului actor o degajare tot mai mare de convenționalismul situațiilor curente existente, și îl pregătesc pentru o muncă cu caracter creator, în care va stăpîni și impune o lume bogată, cuprinzătoare prin semnificațiile ei.

În tehnica exersării unei inventivități cît mai motivate, dar și cît mai libere, se întrebuințează în cursul studiului masca și acoperirea ochilor. O mască, avînd un caracter neutru, permite studentului o mai mare descătușare. Prin existența ei, aceasta crează, — chiar dacă numai fictiv —, o perdea la adăpostul căreia studentul se simte evoluînd mai liber, mai neobservat și deci mai apt să se desfășoare complet. Este un mijloc care s-a dovedit eficace, asigurînd studenților o degajare de inhibițiile inerente exprimării lor, în fața unui public, care însă li se pare străin și deci capabil să-i intimideze. Este ca și cum la adăpostul măștii, ei s-ar mișca neobservați și deci degajați de orice crispare.

În exercițiile în care însă masca evocă un anumit personaj, se urmărește ca studentul determinat de caracterul măștii, să-și compună jocul pentru a traduce cît mai fidel acest caracter. Astfel, masca este fie un mijloc de a degaja cît mai mult capacitatea de spontaneitate a

expresiei, fie elementul care obligă la o concentrare în jurul unei intenţii precise, determinată de însăşi existenţa ei.

Pentru a valorifica şi mai mult posibilităţile de expresie ale tinerilor, se recurge în cursul exerciţiilor şi la acoperirea ochilor.

Trebuind să se mişte în spaţiul indicat, fără să vadă, studenţii sînt obişnuiţi pe de o parte să-şi exerseze memoria scenică şi, pe de alta, să se orienteze mai sigur în raport cu partenerii lor şi cu elementele existente pe scenă.

Din punct de vedere psihic, faptul de a fi legaţi la ochi crează o stare specifică de interiorizare, care permite studentului ca — degajat de solicitările exterioare, străine, studiului — să-şi adîncească posibilităţile de expresie.

Studiile vor ţinti nu numai dezvoltarea unui joc personal, ci la situarea fiecărui student în cadrul unor teme cu caracter colectiv, în vederea realizării scenelor de mase, în care efectul de ansamblu trebuie realizat printr-o reuşită integrare a fiecărui element în tabloul general.

Studiile presupun — pe lîngă stăpînirea expresivităţii proprii — şi calitatea de a crea relaţii cu ceilalţi parteneri, urmărind ca prin reuşita fiecăruia să se obţină armonia întregului.

Practic, în desfăşurarea acestor studii cu caracter colectiv se va porni de multe ori de la o mişcare spontan imaginată de unul din studenţi, solicitînd pe rînd în rezolvarea ei şi intervenţia celorlalţi, care vor aduce soluţionări proprii, dar în vederea completării intenţiei exprimate de primul student şi a creării unei scene de ansamblu.

Desigur că un curs de improvizaţie nu poate fi complet dacă nu are în vedere şi introducerea unor exerciţii, în care muzica şi textul să sublinieze şi să completeze temele studiate.

Muzica intervine în cursul studiului cu ritmul ei propriu. O melodie poate fi stimulentul, pretextul, pentru a sugera o anumită acţiune improvizată. În cursul studiilor în care intervine muzica, se vor crea situaţii foarte diferite, în aşa fel încît studenţii să se obişnuiască să-şi coordoneze improvizaţia în raport cu acest element nou : fie că muzica va sublinia ritmul lor propriu, fie că ei vor trebui să i se supună, sau cele două ritmuri vor coexista independent, în scopul de a scoate mai puternic în relief ideia reprezentată.

De la ritmul simplu al tobei, pînă la orchestraţia complexă, muzica imprimă acţiunii o atmosferă proprie la care studenţii trebuie să fie sensibili şi să răspundă în exerciţiile de improvizaţie cît mai adecvat.

Pentru a lega organic cursul de „expresie şi improvizaţie scenică" cu cel de „actorie", în cursul studiului se vor executa şi exerciţii în care intervine textul. Desigur, textul va fi doar un element ajutător, pentru ca improvizaţia să nu fie obligată prin eliminarea completă a textului, să recurgă la gesturi forţate, care ar sili pe student la o exprimare artificială, ca cea dintre surdo-muţi. În acest caz, studiul se va desfăşura fie redînd prin mişcări acţiunea indicată de textul citit în prealabil, fie prin gesturi însoţite de vorbire. În acest fel studentul va parcurge în cursul studiului de improvizaţie o gamă cît mai complexă, permiţîndu-i să ia contact cu problemele atît de diverse pe care i le va pune viitoarea sa muncă de actor.

Această enunţare de principii care stau la baza cursului nostru de improvizaţie, îşi va găsi concretizarea prin prezentarea succesivă a temelor mai importante.

Desigur, greutatea cea mai mare constă în echilibrul care trebuie mereu păstrat între o spontaneitate continuu stimulată şi controlul exigent care să introducă această spontaneitate în cadrul limitelor specifice artei dramatice. De aceea în acest curs dacă aportul studentului este foarte mare — aparţinîndu-i iniţiativa printr-o expresie creatoare personală — profesorului îi revine sarcina de a canaliza această forţă creatoare, după criterii estetice riguros observate.

Orientarea în spaţiul scenic

Studiile de orientare se execută în grup, într-un spaţiu determinat, sau pe o scenă adevărată, cu sau fără decoruri. Scopul lor este de a permite studenţilor acomodarea în spaţiul scenic, favorizîndu-le degajarea. Aceste studii pun în primul rînd problema amplasării, a intrării şi a ieşirii din scenă. Se va ţine seama de buna orientare în raport cu cortina, ca şi faţă de pereţii scenei (eventual perdele).

Pentru o mai uşoară acomodare, se va începe cu studii în ritm obişnuit, în aşa fel încît studenţii să-şi poată controla mişcările în raport cu spaţiul scenic şi cu partenerii.

Prima cerinţă este distribuirea persoanelor pe scenă, ocupînd-o în întregime. Studenţii trebuie să observe în mişcarea lor raporturile care se crează între ei, în aşa fel încît să nu se acopere unul pe altul, să nu se lovească între ei, să-şi schimbe locul atît pentru a prezenta o diversificare a tabloului, cît şi pentru a se deprinde cu deplasarea uşoară pe scenă printre parteneri.

Ca o primă temă de mişcare în grup, nu se va propune un subiect anumit, ci doar o evoluţie cît se poate de firească în spaţiul dat. Sînt exerciţiile de „forfotă", care la început n-au alt obiectiv decît o degajare şi o acomodare în spaţiul scenic. Se pot da eventual indicaţii de ritm. De exemplu : „mergeţi mai repede, mai încet, opriţi-vă" etc. În cursul exerciţiului, pentru a evita monotonia, este indicat ca ritmurile să fie variate, adică unui ritm rapid să-i urmeze unul lent şi invers. Ar fi interesant să existe simultan ritmuri în contratimp : o parte din grup să alerge, iar cealaltă să facă mişcări lente de retragere.

Pentru a concentra mişcările, pentru a le da o direcţie şi în felul acesta a le coordona, se indică anumite *puncte fixe în jurul cărora se vor grupa studenţii*. Faţă de aceste puncte de reper (puncte de concentrare), ei se mişcă fie răspunzînd unor indicaţii („peste un obstacol"), fie reacţionînd liber, în mod spontan faţă de punctele indicate, motivînd fiecare ce-a gîndit.

Spaţiul scenic poate căpăta dimensiuni diferite, adică se poate mări sau micşora, în raport cu semnificaţia pe care o capătă. Profesorul indică studenţilor spaţiul în care trebuie să se mişte (de ex. : piaţă, odaie, scară) şi în funcţie de aceasta, grupul se împrăştie — dacă ştie că trebuie să evolueze într-o piaţă ; — se adună — dacă e vorba de dimensiunile unei odăi, — sau formează un şir care trebuie să încapă pe scară.

Mișcările într-un spațiu mai larg permit interpretări foarte variate și prin exercițiile de „forfotă“, adică treceri rapide într-un sens și altul, ocupînd întreaga scenă, dar fără o ordine prestabilită.

Este un mijloc foarte bun pentru mișcarea degajată a studenților și orientarea lor pe scenă, pregătindu-i pentru eventuale scene de masă.

Pentru a varia componența grupului, pentru a-i obișnui pe studenți să-și cîntărească bine mișcările în raport cu spațiul și timpul indicat, se execută *intrări și ieșiri în grup sau individual*, în ritmuri diferite și chiar cu anumite motivări. Aceste motivări pot să fie simple, de exemplu : *grupul* caută pe cineva, sau se ferește de ceva : pot să fie de ordin psihologic, de exemplu o spaimă, o așteptare, sau o bucurie ; sau pot fi condiționate de atmosferă : frig, ploaie, căldură mare ; ori de momente istorice : revoluție, manifestație, grevă.

Aceste exerciții cu caracter de „forfotă“ se completează sau chiar sînt alternate cu altele în care grupul are o configurație strictă. De exemplu : *plimbare în cerc* cu motivări diverse ; plimbarea într-un parc, în foaierul unei săli de concert, într-o sală de bal dintr-o anumită epocă, etc. ; *plimbarea pe diagonală într-o singură direcție ;* pe o alee, urcarea pe un munte, intrarea într-o mină, etc., sau din direcții opuse ; întîlniri și despărțiri amicale, triste, vesele, etc.

În spațiul scenic se pot introduce și elemente de decor care să condiționeze și să dirijeze mișcarea studenților. De exemplu : niște cuburi pot sugera copacii pe care ei trebuie să-i înconjoare, sau practicabile sugerînd o scară pe care se vor urca, sau coborî, etc.

Lecție de acomodare scenică

Studenții sînt așezați la locurile lor în sală ; unul dintre ei trage cortina. Profesorul îi întreabă ce văd pe scenă.

Ei descoperă mai întîi vizual spațiul scenic și delimitarea lui prin pereți, sau perdele.

Li se cere să ocupe acest spațiu printr-un mers obișnuit, într-o forfotă liberă. Cînd unul dintre studenți se atinge de cortină, pereți, sau perdea, este oprit tot grupul pentru a observa greșeala. Se reia plimbarea, fixîndu-se un punct de concentrare. Acesta poate să fie unul dintre studenți așezat la marginea scenei, care se ridică în momentul cînd altul îi ia locul, și plimbarea continuă. Se va observa o justă repartiție în raport cu punctul de concentrare, precum și o firească așezare și ridicare a fiecărui student.

În cursul plimbării, profesorul intervine cu mici indicații : „priviți în sus“, „căutați în jos“, „ați găsit“, „continuați plimbarea“, „trece un avion“, „plimbați-vă pe vîrful picioarelor în cea mai mare liniște“, „coborîți în sală“, „așezați-vă“.

Urmează discuții asupra executării mișcărilor, ca și asupra întrebuințărilor acestora în acțiuni scenice propriu-zise. Este un bun prilej de a permite studenților nu numai să primească indicațiile profesorului, dar să-și descopere chiar singuri greșelile.

Se pune problema ieșirii din scenă printre perdele și a reintrării, în timp ce forfota continuă. Studenții își aranjează perdelele în așa fel

încît să aibă posibilitatea de a intra și de a ieși fără ca perdelele să fie atinse. În acest fel, studenții vor avea o mai rapidă acomodare cu elementele scenei.

Exercițiul de forfotă capătă un ritm mai accelerat de data aceasta, cu ieșiri și intrări, adăugîndu-se însă problemelor puse pînă acum. Cînd se oprește mișcarea, se discută despre ritmul și felul cum a fost ocupat spațiul.

Se reia exercițiul, profesorul sugerînd o ieșire rapidă și o revenire lentă, sau invers.

Se execută o ascundere în dosul perdelelor, dar fără ca acestea să fie mișcate. Studenții vor scoate capetele de după perdele rapid sau încet, reintrînd apoi în scenă într-o forfotă accelerată. Li se sugerează : „V-ați speriat“, „retrăgeți-vă“, etc. Urmează coborîrea grăbită de pe scenă, la locurile lor din sală.

În cursul exercițiului se ivesc probleme scenice variate pe care e bine ca studenții să le descopere, pe cît se poate, singuri. Aceasta le stimulează interesul și inițiativa, dezvoltîndu-se simțul de răspundere.

În discutarea problemelor ridicate de efectuarea exercițiului, li se va atrage atenția asupra materialului variat al cursului, cu referiri la ținuta individuală și a grupului, pentru realizarea unei cît mai bune plasticități.

Se reia forfota de data aceasta lent, studenții se mișcă mai degajat, execută mai prompt indicațiile, de exemplu : să se întindă cu brațele în sus stînd pe loc, leneș ca după somn, reluînd plimbarea urmată de o nouă întindere în relaxare, în cădere.

Se reia plimbarea în forfotă, după care, pe vîrfurile picioarelor, în cea mai mare liniște, grupul se plasează în cerc.

Alternînd ritmurile, introducînd mișcări de relaxare, exercițiului îi urmează jocul „fă ca mine“, după care se reia forfota în ritm de jazz, cu opriri în tablou și coborîrea în ritmul dat de profesor, prin bătaia în tobă, sau din palme.

În această lecție prezentată aici ca exemplu, se ivesc probleme variate, ca acomodarea, degajarea, orientarea, plastica mișcării, coordonarea, ritmul — care desigur vor fi dezvoltate și aprofundate în cursul studiului.

Forfota cu punct de concentrare

Grupul execută pe scenă o mișcare în forfotă, într-un ritm indicat. La un moment dat profesorul aruncă, într-un anumit loc de pe scenă, un obiect, de exemplu : un burete. Acesta va constitui punctul de concentrare, către care se vor îndrepta studenții. Semnificația acestui punct de concentrare poate fi arătată de profesor în momentul în care aruncă obiectul său, studenții sînt solicitați să imagineze fiecare în mod liber semnificația acestui punct de concentrare.

De exemplu : profesorul aruncînd obiectul anunță : „un accident“. Studenții vor acționa fiecare în mod diferit, realizînd o compoziție în raport cu tema indicată și cu reacția partenerilor. Unii se vor precipita ca să dea ajutor, alții se vor speria și vor fugi, alții vor încremeni ferindu-se să privească.

Profesorul va urmări ca [illegible] să
se repartizeze armonios, cît [illegible] pore
unul pe celălalt, realizînd r[illegible] de
vedere vizual.

Odată momentul realiza[illegible] în
larfotă cu un ritm anumit.

În cazul cînd fiecare st[illegible]ului
care formează punctul de [illegible] se
cere ca ele să sugereze f[illegible]ivă.

Punctul de concent[illegible]

1. *Poate avea* [illegible] coși
antrenează întreag[illegible] cu
comentarii și rea[illegible] spațiu
limitat.

2. *Poate* [illegible] automobil
care trece cu [illegible] etc.

3. *Poate* [illegible], trecerea
unui avion c[illegible] unei păsări
într-o pădure[illegible]

4. *Poate* [illegible] înconjoară scena
trezind o r[illegible], de încîntare, de
opresiune [illegible]

Exer[illegible]*d în cursul acțiunii*
punctul [illegible] spontan, fără dificultăți,
la solicit[illegible] și pentru o suită de
puncte d[illegible] organică. Aceasta îi va
angrena [illegible] sporită.

Alege[illegible] fie făcută în raport
cu stadiul [illegible]it ei să poată cores-
punde solicit[illegible] progres.

Aceste e[illegible] diferite : de la mersul
liber la saltu[illegible] încordări, relaxări, etc. care
bine exploata[illegible] corpului, cît și plasticitatea
mișcărilor, și [illegible] la exersarea unei expresivități
adecvate. To[illegible] pentru acționarea puterii de con-
centrare a at[illegible] imaginației.

R[illegible] expresie și improvizație

În cursul de [illegible] și improvizație se acordă o mare
atenție problemei r[illegible] ca ritmul este o calitate a mișcării prin
care aceasta se coordonează, se organizează în timp și spațiu.

Dacă natura ne propune ritmul ei propriu cu alternanțe periodice :
anotimpuri, zi și noapte, flux și reflux ; viață și moarte — care, observate
de om, i-au permis acestuia o mai bună orientare și acomodare în
cadrul natural — nu e mai puțin adevărat, că omul a introdus ritmica
sa proprie în cea naturală. Desigur că ritmul uman este condiționat de
cel al naturii ; dar omul, prin acțiunile sale, a impus și impune tot mai
mult naturii ritmul său.

Dar ritmul nu este numai o necesitate în cadrul coordonării fenome-
nelor naturale, sau a activităților umane, ci, ca o quintesență a vieții
însași, este și o expresie a nuanțelor multiple ale vieții.

Artistul, conștient de valoarea pe care o are ritmul în compunerea
operei de artă, va uza de acesta ca de unul din elementele importante în
crearea unei expresivități cît mai pregnante.

În studiul mișcărilor proprii scenei, se pun probleme foarte com-
plexe, pentru că actorul trebuie să fie capabil de a-și ritma nu numai
mișcările fizice, sau vorbirea, ci și corespondentul interior al acestora,
adică starea sufletească, exprimată prin mișcări și vorbire. În același
timp, actorul trebuie să țină seama și de un ritm exterior, [illegible]
condiționa, sau care dimpotrivă, va fi influențat de ritmul [illegible]

De la ritmul simplu și mecanic al muncilor de [illegible]
tăiatul lemnelor, cusutul, săpatul, etc.) pînă la [illegible]
foarte fine ale mișcărilor sufletești, actorul trebuie [illegible]
cît mai largă, care să permită o reproducere veridi[illegible]
[illegible]ească. De o justă transpunere ritmică a unei mișc[illegible]
depinde în mare măsură puterea expresivă a [illegible]

Desigur că există legi care dictează o rit[illegible]
turi simetrice în timp și spațiu și de care tre[illegible]
actorul în jocul său. Nu trebuie însă neglija[illegible]
care temperamentul și personalitatea fiecăr[illegible]
această ritmică obiectivă, colorînd-o și ani[illegible]
foarte important ca în cursul studiului să [illegible]
pentru sudarea în mod armonios a ritmului [illegible]

Adevăratul actor compune diferitele [illegible]
și cele exterioare, cu conștiența perfectă [illegible]
va garanta jocului său autenticitatea [illegible]
tant să se atragă atenția studenților [illegible]
structura pe care se vor construi [illegible]
Bineînțeles aceasta nu presupune [illegible]
ascuțită nuanțare, care să per[illegible]
mereu avut în vedere, că [illegible]
interpretarea unui rol este [illegible]
toate elementele capabile să [illegible]
originale, pregnant veridice.

În studiile de mișcare [illegible]
în primul rînd, ca un [illegible]
menea, mijlocul de [illegible]
executarea mișcărilor. [illegible]
într-o expresie, care [illegible]
exercițiilor, căpătînd [illegible]

În cursul [illegible]
să solicite varia[illegible]
cît și de o pro[illegible]
cări sufletești [illegible]
periodicitate [illegible]
de mișcare [illegible]
modalități. [illegible]

Profesorul va urmări ca în comportarea momentului studenții să se repartizeze armonios, cît mai firesc, grupîndu-se fără să se acopere unul pe celălalt, realizînd ritmuri variate și închegate din punct de vedere vizual.

Odată momentul realizat, profesorul indică reluarea mișcării în forfotă cu un ritm anumit.

În cazul cînd fiecare student găsește o altă semnificație obiectului care formează punctul de concentrare, realizările sînt individuale și se cere ca ele să sugereze fără explicații suplimentare motivarea respectivă.

Punctul de concentrare poate diferi foarte mult:

1. *Poate avea un caracter dinamic.* De exemplu, o luptă de cocoși antrenează întreaga grupă ca spectatori la o participare pasionată cu comentarii și reacții foarte diferite, de o mare mobilitate, într-un spațiu limitat.

2. *Poate să traverseze scena, avînd motivări diverse:* un automobil care trece cu o viteză exagerată pe lîngă un grup, o nuntă, etc.

3. *Poate să se desfășoare în aer:* un bombardament aerian, trecerea unui avion cu reacție cu zgomotul lui neobișnuit, ciripitul unei păsări într-o pădure, etc.

4. *Poate avea un caracter difuz:* un zgomot care înconjoară scena trezind o reacție de așteptare speriată, sau de mirare, de încîntare, de opresiune în fața unui pericol inerent, etc.

Exerciții mai complexe se pot realiza schimbînd în cursul acțiunii punctul de concentrare. Studenții reacționează spontan, fără dificultăți, la solicitări diverse, și trebuie antrenați cu încetul și pentru o suită de puncte de concentrare avînd între ele o legătură organică. Aceasta îi va angrena în situații complexe, cerîndu-le o nuanțare sporită.

Alegerea punctelor de concentrare trebuie să fie făcută în raport cu stadiul de dezvoltare al studenților, în așa fel încît ei să poată corespunde solicitărilor și să realizeze în același timp un progres.

Aceste exerciții ocazionează mișcări foarte diferite: de la mersul liber la salturi, căderi, ghemuiri, întinderi, încordări, relaxări, etc. care bine exploatate pregătesc atît mobilitatea corpului, cît și plasticitatea mișcărilor, și prin motivări diferite invită la exersarea unei expresivități adecvate. Totodată, sînt stimulente pentru acționarea puterii de concentrare a atenției și degajează jocul imaginației.

Ritmul în studiile de expresie și improvizație

În cursul de mișcare scenică și improvizație se acordă o mare atenție problemei ritmului. Știm că ritmul este o calitate a mișcării prin care aceasta se coordonează, se organizează în timp și spațiu.

Dacă natura ne propune ritmul ei propriu cu alternanțe periodice: *anotimpuri, zi și noapte, flux și reflux; viață și moarte — care, observate de om, i-au permis acestuia o mai bună orientare și acomodare în cadrul natural — nu e mai puțin adevărat, că omul a introdus ritmica sa proprie în cea naturală. Desigur că ritmul uman este condiționat de cel al naturii; dar omul, prin acțiunile sale, a impus și impune tot mai mult naturii ritmul său.*

Dar ritmul nu este numai o necesitate în cadrul coordonării fenomenelor naturale, sau a activităților umane, ci, ca o quintesență a vieții însăși, este și o expresie a nuanțelor multiple ale vieții.

Artistul, conștient de valoarea pe care o are ritmul în compunerea operei de artă, va uza de acesta ca de unul din elementele importante în crearea unei expresivități cît mai pregnante.

În studiul mișcărilor proprii scenei, se pun probleme foarte complexe, pentru că actorul trebuie să fie capabil de a-și ritma nu numai mișcările fizice, sau vorbirea, ci și corespondentul interior al acestora, adică starea sufletească, exprimată prin mișcări și vorbire. În același timp, actorul trebuie să țină seama și de un ritm exterior, care îl va condiționa, sau care dimpotrivă, va fi influențat de ritmul său propriu.

De la ritmul simplu și mecanic al muncilor de toate zilele (de ex. tăiatul lemnelor, cusutul, săpatul, etc.) pînă la ritmurile complexe și foarte fine ale mișcărilor sufletești, actorul trebuie să parcurgă o gamă cît mai largă, care să permită o reproducere veridică dar și artistic înțeleasă. De o justă transpunere ritmică a unei mișcări, sau a unei acțiuni, depinde în mare măsură puterea expresivă a interpretării.

Desigur că există legi care dictează o ritmică obiectivă, creind raporturi simetrice în timp și spațiu și de care trebuie să țină seama neapărat actorul în jocul său. Nu trebuie însă neglijat nici aportul subiectiv, pe care temperamentul și personalitatea fiecărui actor îl introduce în această ritmică obiectivă, colorind-o și animînd-o în mod creator. Este foarte important ca în cursul studiului să coexiste preocuparea constantă pentru sudarea în mod armonios a ritmului personal cu cel obiectiv.

Adevăratul actor compune diferitele ritmuri, atît cele interioare cît și cele exterioare, cu conștiența perfectă a efectului global dobîndit, care va garanta jocului său autenticitatea stilului. De aceea este foarte important să se atragă atenția studenților că ritmul este, în ultimă analiză, structura pe care se vor construi celelalte elemente ale interpretării. Bineînțeles aceasta nu presupune o monotonie, ci, dimpotrivă, o foarte ascuțită nuanțare, care să permită *unitatea* în diversificare. Adică trebuie mereu avut în vedere, că nimic nu este întîmplător în jocul actorului; interpretarea unui rol este capacitatea de a stăpîni și folosi cu siguranță toate elementele capabile să concureze pentru obținerea unei expresivități originale, pregnant veridice.

În studiile de mișcare și improvizație, ritmul este folosit de profesor în primul rînd, ca un mijloc de grupare omogenă a clasei. Este de asemenea, mijlocul de a dinamiza grupul și de a-i concentra atenția la executarea mișcărilor. Prin periodicitatea sa, el favorizează integrarea într-o expresie, care fiind la început pur fizică, se potențează în cursul exercițiilor, căpătînd diverse semnificații.

În cursul exercițiilor se ține seama atît de alternanța ritmurilor, care să solicite variat și totuși armonios diferitele mișcări ale corpului uman, cît și de o progresie a semnificațiilor ritmului capabil să exprime mișcări sufletești tot mai complexe și nuanțate. Astfel, de la ritmul cu periodicitate simplă al mersului obișnuit la cel de alergare, la alternări de mișcare cu opriri, la unul în crescendo și invers, se parcurg diverse modalități. Ele permit studenților să devină tot mai conștienți atît de

mijloacele pentru realizarea ritmului, cît şi de importanţa acestuia în organizarea mişcărilor lor.

Trecînd la o motivare interioară a ritmului fizic, se are în vedere atît specularea experienţei deja dobîndite în exerciţiile de ritmică propriu-zisă, cît şi o accentuare a capacităţilor de interiorizare şi de justă acordare a ritmului psihic cu cel fizic.

De exemplu, prin bătăi ritmice, regulate, cu caracter obsesiv, se poate motiva atît încordarea în faţa unui pericol, cît şi monotonia tristă a unui cortegiu, etc.

Aceste studii, în care se pune accentul în mod deosebit asupra ritmului, pentru a permite o mai mare adîncire a problemelor, vor avea nu numai un caracter colectiv, dar şi unul individual, — cînd fiecare student în parte este solicitat să rezolve în mod propriu mişcările cerute de un ritm anumit.

Prin exerciţii cu caracter mixt, în care unei ritmizări a grupului i se suprapune una individuală — sau prin intervenţia unui student, care printr-un ritm propriu să modifice pe cel al grupului — prin indicaţii noi introduse de profesor în timpul exerciţiului, se ocazionează o diversificare, care stimulează plasticitatea reacţiilor fiecărui student în parte.

Studiile de improvizaţie sînt un bun prilej pentru studenţi de a demonstra în ce măsură şi-au asimilat înţelegerea rolului, pe care ritmul îl deţine în compunerea acţiunilor scenice improvizate.

O justă şi nuanţată ritmizare presupune atît înţelegerea profundă a temei, cît şi stăpînirea mijloacelor prin care aceasta se cere exprimată.

Improvizaţia, presupunînd nu numai o acumulare de cunoştinţe şi experienţe scenice, dar şi aportul propriu al imaginaţiei fiecărui student, va fi o demonstraţie a calităţilor artistice ale acestuia. Compunerea ritmului, care să imprime un caracter personal scenei improvizate, va fi un indiciu al nivelului artistic al studentului.

Varietatea ritmurilor introduse în cursul studiilor de mişcare şi improvizaţie este realizată în mai multe feluri. Cel mai curent, cel mai simplu, cu efort ritmic, precis este obţinut prin bătaia tobei de către profesor. Pentru ritmizări mai complexe, care presupun crearea unei atmosfere anumite, este nevoie de o intervenţie melodică obţinută cel mai adesea cu ajutorul pianului. Bineînţeles că şi alte instrumente pot fi folosite ocazional, precum castanietele, chitara, banjo, etc.

Pentru o completare a studiilor cu caracter ritmic, se are în vedere şi aportul propriu al studenţilor, care sînt solicitaţi să execute mişcări într-un ritm anumit, pe care şi-l dirijează singuri, fără ajutorul unei ritmizări din afară (instrument, tobă, voce, etc.). În acest caz, fie că profesorul indică ritmul ce va trebui să fie executat, fie că este lăsat la libera alegere a studenţilor, trebuie observată o justă şi precisă înţelegere şi transpunere a caracterelor proprii fiecărui ritm. De exemplu, dacă se indică executarea unui exerciţiu în ritm de vals, sau de jazz, se va observa nu numai respectarea măsurii proprii fiecărui gen, dar şi interpretarea lui cu caracteristicile specifice epocii care l-a generat. Desigur că aceste ritmuri nu se limitează la executarea unor mişcări de dans, ci la crearea unor acţiuni care să se încadreze în interiorul

acestor ritmuri şi fără intervenţia elementului melodic, aşa cum am menţionat mai sus.

Aceste exerciţii vor folosi mai tîrziu, în cariera fiecărui actor, pentru a-i permite să evolueze pe scenă în ritmul specific al fiecărui rol.

Studii de ritm

I. Improvizaţie liberă pe scenă, în grup, în ritmul tobei.
II. Improvizaţie liberă pe scenă, în grup, în ritmul tobei, într-un cadru specific sau limitat.
III. Studiu individual, sau în grupuri de două sau trei persoane.
IV. Indicarea anotimpului, sau a condiţiilor atmosferice în interiorul ritmului.
V. Elemente de decor introduse în executarea studiului.
VI. Elemente de decor, costume şi accesorii introduse, în exercitarea studiului.
VII. Studii pe ritmuri variate sugerînd genul sau stilul temei.

În dezvoltarea unui studiu de improvizaţie în care se pune accentul pe ritm, vor fi folosite experienţele dobîndite în cursul exerciţiilor de ritmică ale mişcărilor propriu-zise. Se pune acum problema cum vor fi folosite, angrenate, alternate, diverse ritmuri în compunerea unor acţiuni scenice improvizate, care să prezinte un echilibru între îndrăzneala imaginaţiei şi eficacitatea expresiei ritmice propriu-zise. De o bună înţelegere a coordonării imaginaţiei cu elementele tehnice ale educaţiei, depinde reuşita compunerii studiului de improvizaţie. Pentru a dobîndi un progres real în stăpînirea multiplelor probleme pe care le propune acest studiu, se va urmări, ca şi în alte studii, parcurgerea mai multor etape de la simplu la complex.

I

Pentru o mai rapidă şi mai uşoară degajare a studenţilor se va începe cu improvizaţia *în grup*, iar ritmul va fi dat de profesor. Studenţii vor evolua pe scenă în mod liber, motivîndu-şi fiecare mişcare dictată de acel ritm.

De exemplu, prin bătăi repetate în tobă, profesorul indică adunarea grupului. Fiecare student va putea să reacţioneze în mod propriu, fie ca elev care se grăbeşte spre şcoală, fie ca militar care se încolonează, fie ca gură-cască atras de un eveniment public într-o piaţă, etc. În cursul studiului, studenţii vor urmări nu numai ritmul propriu acţiunii pe care o execută, ci şi raporturile cu ceilalţi studenţi.

II

În etapa următoare pe un ritm nou se indică studenţilor un *anumit cadru limitat*, în care vor trebui să execute acţiunea improvizată în raport cu ritmul.

De exemplu, li se propune traversarea unei străzi într-un ritm lent și modern. Fiecare student e liber să-și imagineze o acțiune în spațiul și ritmul propus; va executa fie mișcările triste și concentrate ale unui participant într-un convoi de înmormîntare, fie cele solemne transfigurate într-o procesiune, dirze, hotărîte într-o manifestație, sau chiar, romantice, visătoare, într-o plimbare de îndrăgostit, etc.

În interiorul unui anumit ritm, pot interveni diferite accente, care să permită o mai mare varietate a interpretării, prn opriri, întoarceri, aplecări, etc.

III

În scopul de a stimula mereu un aport cît mai personal, cît și răspunderea față de executarea acțiunilor, se propun *teme cu caracter individual sau în grupuri mici*. Ca și în alte ocazii, se crează posibilitatea atît a unui control mai riguros pentru profesor, cît și o mai acută autocritică din partea studenților. Cînd timpul o permite, este și un bun prilej pentru ca studenții să-și verifice reciproc munca.

În executarea acestui studiu, profesorul cheamă rînd pe rînd pe fiecare student sau grupuri mici de doi — trei, cărora le indică de obicei prin bătaia tobei de fiecare dată un alt ritm, îl repetă de cîteva ori, pentru a da timp studenților să imagineze acțiunea sugerată de ritmul respectiv. Sînt acțiuni scurte, dar care trebuie să fie elocvente; iar în cazul în care sînt executate de doi sau trei studenți, se poate ca primul să imprime ideia cerută de ritm iar ceilalți să i se încadreze, sau pot de comun acord să înceapă deodată acțiunea.

De exemplu: primului student i se indică un ritm compus din bătăi prelungi și repetate, care poate fi interpretat ca un semnal a cărui direcție este necunoscută și pe care studentul o caută.

Un ritm rapid și sacadat poate fi interpretat ca fuga de un pericol; un altul — săltat și vesel — sugerează alergarea fericită pe cîmpie; accentul puternic pe ultima măsură poate indica o explozie, care impune acțiuni, o rapiditate acompaniată de dorința de ascundere prin aplecare, ghemuire, trîntire.

IV

Studii mai complexe se realizează cînd profesorul indică, odată cu ritmul acțiunii, și *anotimpul sau starea atmosferică* în care aceasta se petrece.

De exemplu, cînd unui ritm legănat i se adaugă și specificarea că va trebui să sugereze o acțiune în timpul iernii, studentul sau studenții, vor putea executa mișcări care să sugereze fie patinajul, fie alunecarea pe gheață, fie înaintarea contra vîntului, etc.

Desigur, mișcările dictate de ritm și de specificul condițiilor atmosferice, vor fi organizate în scurte teme, care să realizeze o acțiune scenică improvizată.

V

Prin introducerea unor anumite *elemente de decor* se complică nu numai acțiunile scenice improvizate, dar trebuiesc rezolvate și noi probleme de ritmică în funcție de aceste elemente. Cînd pe scenă sînt

dispuse mai multe cuburi, studentul va trebui nu numai să se încadreze în ritmul indicat compunînd o acțiune corespunzătoare, dar va trebui să evolueze în acel ritm printre cuburi, justificîndu-le prezența în interiorul acțiunii executate.

Se cere deci o sporită concentrare și o cît mai justă și rapidă coordonare în executarea studiului.

De exemplu, un ritm cu o cadență sacadată, sugerind neliniștea celui care caută ceva, va obliga pe student să execute acțiunea în ritmul dat în interiorul elementelor de decor, folosind cuburile ca niște dulapuri cu uși, rafturi, sertare, în care va căuta deschizîndu-le și închizîndu-le cu precipitarea impusă de ritm.

VI

Introducerea unor elemente de *costum și accesorii* în cadrul acestor studii permite o și mai mare adîncire a problemelor, prin caracterul de epocă, de stil, pe care acestea le pot indica.

Desigur că același ritm va căpăta o altă interpretare, dacă elementele de costum situează acțiunea scenică în evul mediu, sau în contemporaneitate. Același ritm va impune de asemenea alte atitudini unui om cu educație aleasă, altele unui necivilizat.

Studenții de obicei sînt stimulați de aceste noi intervenții, care — deși complică munca — le permit sugerări inedite și le oferă posibilități mai variate de valorificare a capacităților lor. Totuși profesorul trebuie să observe cu mare atenție aportul personal al fiecărui student, pentru că de o justă dozare a acestuia depinde în mare măsură exersarea posibilităților de obiectivare creatoare a jocului. Aceasta, deoarece nu mai este vorba de o interpretare mai mult sau mai puțin menținută în cadrul unei comportări familiare, ci de capacitatea studentului de a se transpune într-o situație, într-o epocă, într-un personaj cu totul diferit.

De exemplu: o pelerină, o pălărie și un evantai ocazionează într-un ritm anumit o acțiune specifică unei epoci, unui personaj, unui moment festiv, cu totul deosebite de comportarea obișnuită a studentului. El va trebui deci să facă față nu numai exigențelor ritmului și motivărilor acțiunii sugerate de acesta, dar să se transpună veridic într-o situație străină de starea lui obișnuită.

VII

Variațiile de la un ritm la altul sînt foarte uzuale ca procedeu în improvizație, pentru a stimula diferit corpul, pentru a-i exersa supletea și agilitatea. Ele sînt primite cu plăcere și ușurință de studenți prin alternarea de tensiune și relaxare pe care o permit. Acțiunile scenice improvizate se amplifică, se dezvoltă în mai multe etape, cerînd nu numai o modalitate fizică, dar și o imaginație vie și exersată să creeze o suită de acțiuni motivate reciproc și generate de varietatea ritmurilor propuse.

În exercițiile cu ritmuri variate se pot folosi două sau mai multe ritmuri — depinde de gradul de dezvoltare al studenților —, după cum în interiorul aceluiași ritm se pot introduce modulații diferite, care obligă la alte interpretări. Varietatea ritmurilor poate să fie exprimată

concret cu ajutorul instrumentelor uzuale, sau indicate verbal de profesor. De fiecare dată însă se pune problema ca studenții să găsească legătura organică între ritmuri diferite, printr-o motivare plauzibilă.

De exemplu, profesorul indică grupului un ritm lent, solemn, urmat de unul rapid. Se prezintă diferite elemente de costum și accesorii, cu ajutorul cărora studenții își vor preciza tema. Aceștia aleg pelerine, evantaiuri, pălării cu penaj, săbii, măști, etc. cu care compun o scenă reprezentînd o *recepție într-un castel*.

Un scaun răsturnat va sugera primului venit căminul în fața căruia se încălzește, pe alte scaune vor lua loc doamne agitîndu-și evantaiul, conduse aci de cavalerii lor. Scena va avea un caracter de somptuozitate calmă, cu intrări succesive, întîlniri, grupări, saluturi și conversații în stilul cerut de elementele de costum. Acest ritm lent și solemn este spart de o intervenție neașteptată, care anunță un eveniment grav, — de pildă moartea regelui este semnalul — surpriză care indică schimbarea ritmului.

Desigur precipitarea acestuia nu este întîmplătoare și nici dezordonată, ci trebuie să țină seama atît de solemnitatea locului și a momentului, cît și de situația socială a celor prezenți. În tensiunea neliniștită provocată de știrea neașteptată, unul din personaje se detașează printr-o atitudine echivocă; acesta va fi demascat de apariția unui personaj, care îl denunță ca pe ucigașul regelui.

Ritmul precipitat și neliniștit de pînă acum al grupului, se concentrează în lupta dintre criminal și denunțător, urmărită cu pasionată însuflețire de cei din jur.

Efecte interesante de ritmică mecanică se obțin speculînd caracteristicile filmului mut, sau indicînd alternări între mișcările obișnuite și cele înregistrate pe o peliculă „au ralenti" sau „precipitat".

Improvizații cu obiecte

I. *Studentul alege două obiecte cu ajutorul cărora compune o acțiune.*

II. *Se introduce decorul, cu elemente precise sau interpretabile.*

III. *Se crează relații noi prin intervenția uneia sau mai multor persoane.*

IV. *Situații „surpriză".*

I a. Acest studiu cere studentului să aleagă în mod spontan și fără o pregătire prealabilă, cîte două obiecte dintr-o mulțime de obiecte disparate. El este pus în fața acestor obiecte, fără să i se lase timp să aleagă în mod deliberat.

Scopul exercițiului este de a urmări procesul de selecție spontană al studentului și predilecția lui inconștientă pentru anumite obiecte. Din felul în care el va reacționa în alegerea obiectelor, rapid sau cu ezitări, se pot trage anumite concluzii.

Se va putea observa de asemenea suita rațională, care va dicta studentului alegerea a două obiecte, care au o legătură între ele, sau incapacitatea lui de a-și ordona rapid gesturile printr-o selecție călăuzită

logic. Acest exercițiu mai are ca scop de a permite studentului să-și domine cu rapiditate reacțiile, în cazul în care profesorul i-ar propune, ca în alegerea lui să aibă în vedere o anumită temă.

Orientînd exercițiile, ținînd seama mereu de o cît mai mare spontaneitate, studentul este ajutat să facă față unor situații neprevăzute și să devină conștient de capacitatea lui de a reacționa.

În acest fel, cei nehotărîți vor putea să-și domine ezitările concentrîndu-se asupra unui subiect; cei superficiali vor fi ajutați să găsească relații adînci între obiecte; cei cu o imaginație necontrolată vor ști să și-o axeze în limita unui posibil demonstrabil; iar cei cu o imaginație mai săracă vor fi stimulați să găsească noi raporturi între ei și obiecte. Dar acest exercițiu în afară de implicațiile lui adînci expuse mai sus, mai are și un rol imediat, nu mai puțin important, și anume de a deprinde pe student cu mînuirea adecvată a diferitelor obiecte, care îi vor fi propuse de rolul pe care îl va juca.

Este foarte important, ca viitorul actor să exerseze îndemînarea, care îi va permite un contact firesc și totuși studiat, cu obiectele pe care le va folosi în interpretarea rolului său.

Exercițiul se poate complica, obligîndu-l pe student să compună cu obiectele alese nu numai o relație plauzibilă între ele sau între acestea și el, ci să creeze o situație în care aceste obiecte să fie integrate într-o acțiune, la care mai participă una sau mai multe persoane.

Studentului îi revine deci sarcina de a crea rapid relații interesante între niște obiecte ce i se prezintă pe neașteptate și să le găsească o semnificație în cadrul unei desfășurări cu alți oameni.

Relația se închide într-un circuit, om-obiect-om, cît mai plauzibil și totuși inedit.

Exercițiile se pot dezvolta introducînd elemente de decor, care să justifice mînuirea obiectelor, sau prin alegerea mai multor obiecte diferite.

Studiul cere reunirea a numeroase obiecte foarte diferite, care să fie expuse în mod vizibil studenților, pentru ca în alegerea lor ei să nu fie călăuziți nici de o comoditate care i-ar face să le ia pe cele mai la îndemînă, sau care i-ar obliga — în cazul cînd ar fi ascunse unele de celelalte — să scotocească printre ele, ca să-și aleagă pe cele dorite.

Pentru a păstra caracterul de spontaneitate al exercițiului, obiectele trebuiesc ferite de privirile grupului de studenți, pentru ca fiecare să fie nepregătit în fața obiectelor. Altfel, s-ar crea situații avantajoase pentru cei care ar avea timpul să observe lucrurile și astfel să-și compună acțiunea dinainte.

În aceste exerciții rolul profesorului, dacă este redus în ce privește dirijarea lor, nu este totuși mai puțin important. Lui îi revine sarcina ca, — printr-o concentrare deosebită pentru a detecta trăsăturile fundamentale, de temperament, imaginație, spontaneitate, etc. să situeze pe fiecare student în raport cu capacitățile lui.

Obiectele pot fi expuse pe o masă. Este bine ca ele să fie destul de numeroase și din diferite domenii, pentru ca legăturile care se vor crea, să nu fie prea ușor de prevăzut dinainte. De exemplu: un piep-

tene, un ceas, o jucărie, un burete, un stilou, o scrumieră, o sită, un clopoţel, o stropitoare, o foarfecă, un cuţit, o pălărie, un batic, o pudrieră, etc.

Pentru alegerea a cite două obiecte (alegere care după cum am spus mai sus, va trebui să fie făcută rapid şi fără o pregătire prealabilă) va fi solicitat rind pe rind cite un student.

Acesta îşi va dezvolta în faţa clasei acţiunea pe care o sugerează obiectele, profesorul lăsindu-i o iniţiativă completă şi intervenind numai pentru a sublinia lucrul studentului, ori pentru a aduce corectările necesare în cazul unei neadecvate soluţionări a exerciţiului.

Pentru a păstra omogenitatea clasei, care poate să fie periclitată în cazul exerciţiilor individuale, este recomandabil ca, — după ce studentul care lucrează, şi-a expus felul lui de a vedea, — profesorul să ceară studenţilor din clasă, alte rezolvări ale exerciţiului. În felul acesta, clasa întreagă va fi antrenată şi stimulată să colaboreze la fiecare temă propusă.

În acest exerciţiu se poate urmări relaţia dintre obiecte şi sensul pe care studentul îl va da acestor obiecte în raport cu el. Aceasta cere studentului nu numai de a surprinde relaţiile fireşti şi adînci între obiecte, dar şi de a crea un personaj imaginar care să uzeze de aceste obiecte, ţinînd seama de raporturile create între ele. De exemplu avînd în mînă un pieptene şi un prosop, el poate imagina rolul unui coafor.

II a. După cum am enunţat mai sus, exerciţiul poat fi dezvoltat introducîndu-se elemente de decor care să solicite mai divers pe student. Fie că elementul de decor (de exemplu : cuburi sau practicabile) vor lăsa studentului latitudinea să le interpreteze cum vrea el, fie că acestea vor consta din piese avînd o semnificaţie precisă, ele vor permite o mai bogată interpretare a relaţiilor dintre obiecte.

De exemplu : Un student jucînd rolul unui coafor, va putea folosi un cub mic, drept scaun, iar un altul drept masă, în faţa unei oglinzi imaginare.

Cînd elementul de decor este precizat, de exemplu o scară, o uşă, un fotoliu, etc., studentul va trebui să acorde mişcarea lui în raport cu obiectul, faţă de elementul de decor existent.

III a. În desfăşurarea exerciţiului cu obiecte, pot interveni una sau mai multe persoane. Această intervenţie crează situaţii noi.

Studentul care execută exerciţiul, poate imprima acţiunea pe care o doreşte persoanei sau persoanelor, care intervin, prin felul cum mînuieşte obiectele.

De exemplu : studentul — coafor, se apropie de colegul care intră în joc, făcînd din el clientul care va trebui tuns, coafat, etc., cerînd astfel acestuia să intre în rolul pe care gesturile lui i le dictează.

Presupunînd că intervin mai multe persoane, studentul-coafor, poate oferi uneia dintre ele scaunul din faţa oglinzii, pentru a-l tunde, coafa, etc., iar celorlalţi le poate indica : unuia — lista de preţuri, altuia să-i ofere un ziar şi scaunul pe care să aştepte, unuia mai nerăbdător să-i dea asigurări că lucrul va merge repede, etc.

Se mai poate imagina şi situaţia în care persoana, sau persoanele care intervin, să indice acţiunea pe care ar trebui s-o facă studentul protagonist.

De exemplu : fiind cu un pieptene şi un prosop în mînă, studentul poate să fie solicitat să joace rolul celui care a fost surprins într-o ţinută intimă în odaia lui de baie, fie pe acela al coaforului în faţa unui client, fie pe acela al mamei, trebuind să facă toaleta copilului, etc.

Pentru a solicita studentului protagonist acţiunea pe care o doreşte, persoana sau persoanele care intervin pot folosi gesturi expresive sau pentru o mai mare claritate, cînd e nevoie, chiar cuvinte.

De exemplu : un student din clasă mimează intrarea pe uşă şi surpriza de a se afla într-o odaie de baie, unde studentul protagonist — fiind cu prosopul şi pieptenul în mînă — va mima gesturile dictate de pudoarea celui care nu se aştepta să intre cineva străin în acel moment.

În acest caz de intervenţie a uneia sau mai multor persoane din afară, studentul se află în faţa unei siutaţii complexe, el trebuind să răspundă unei duble solicitări, — a obiectelor şi a persoanelor care intervin.

În acest fel, studentul va trebui să adîncească şi să-şi nuanţeze jocul, pentru a putea răspunde nu numai unor relaţii între obiecte pe care imaginaţia lui le animă, dar şi să provoace, sau să răspundă la imaginaţia noilor parteneri.

IV a. Cele două situaţii expuse mai sus, — cea a studentului mînuind obiectele şi cea a intervenţiei unor persoane —, se pot combina, cerînd astfel un spor de adaptabilitate la situaţii noi.

De exemplu : studentul îşi termină acţiunea imaginară cu cele două obiecte, într-o mişcare cu spatele la restul scenei. Cînd se întoarce, se află în faţa uneia, sau mai multor persoane care prin mişcările lor îi cer să imagineze cu promptitudine acţiunea prin care să le răspundă.

În acest fel, studentul este pus în situaţia de a trece brusc de la o stare pe care şi-o imaginase el, la o alta dictată din afară.

Desigur este un exerciţiu care cere o destul de pronunţată mobilitate şi în imaginaţie şi în gestică, şi deci presupune o experienţă mai avansată.

De exemplu : coaforul termină cu spatele acţiunea de a tunde o persoană. Se înclină pentru a o saluta, cînd aceasta se ridică să plece. Întorcîndu-se, se află în faţa unei persoane care de pildă îi aduce ştirea că a cîştigat la pronosport, sau în faţa mai multor persoane —, care pot fi pompierii chemaţi să stingă un foc în imobil.

Acest exerciţiu poate comporta o infinitate de teme, fie lăsate la alegerea studentului, fie indicate de profesor.

De exemplu : şcoală, restaurant, bîlci, gară, etc., etc., care desigur vor fi condiţionate de obiectele mînuite, cum ar fi : un stilou, o foarfecă, un carnet, o sită, un prosop, un pieptene, etc.

Cu aceste obiecte el va compune o acţiune care să fie legată de raporturile ce se pot crea între ele.

I b. De exemplu : Studentul alege un stilou şi un carnet. Imaginarea acţiunii cerută de obiecte este lăsată la latitudinea studentului, sau uneori poate fi şi indicată de profesor.

Cu aceleași obiecte, studentul poate imagina el însuși o acțiune, după care profesorul îi va indica alta.

De exemplu: studentul poate imagina situația lui de „elev“ care se află în clasă, sau profesorul poate să-i indice rolul de „reporter“ care se informează asupra unui eveniment.

II b. Dezvoltînd acest exercițiu, se poate uza de elemente de decor fie interpretabile, ca practicabile sau cuburi, fie elemente de decor cu o destinație precisă; ușă, scară, masă, etc.

Desigur că prezența decorurilor va putea completa acțiunea studentului, cerîndu-i o adaptare la un element din afară.

De exemplu: „elevul“ în clasă se poate afla în situația, dacă în decor e indicată o catedră, — să se ridice de la locul lui și să depună carnetul pe catedră, cu gesturile celui care e controlat, sau care a fost surprins de profesor, etc.

În cazul „reporterului“, profesorul poate introduce o scară, care va cere studentului să se urce pe ea pentru a face investigație mai precisă asupra evenimentului de relatat.

III b. O altă etapă a acestui exercițiu este intervenția uneia sau mai multor persoane.

Se creează o acțiune completă în care studentul va trebui să facă față nu numai raporturilor dintre el și obiecte, ci și dintre acestea și alte persoane.

În felul acesta obiectele vor trebui raportate la o situație în care solidaritatea dintre om și obiect să fie subliniată.

De exemplu: „elevul“, avînd în mînă stiloul și carnetul de note, este interpelat de un coleg care îi cere să-i împrumute stiloul, sau să se uite în notițele lui. În acest caz acțiunea poate să fie dictată de studentul protagonist, sau de studentul care intervine în acțiune. Se poate imagina reacția elevului deranjat în notițele pe care le ia, teama de a nu fi surprins de profesor, sau solicitudinea față de coleg, etc.

În cazul „reporterului“, poate interveni o persoană, care îi aduce o știre. Și în cazul acesta acțiunea e dictată fie de studentul protagonist, fie de studentul care intervine în acțiune.

Dacă în exercițiu apar mai multe persoane, desigur și jocul studentului se va diversifica.

De exemplu: în cazul „elevului“, prezența profesorului la catedră, care îl cheamă la tablă, a unui coleg care îl trage de mînecă pentru a-l întreba ceva sau a unui elev care vîră capul pe ușă, etc., pot cere tot atîtea reacții, care să compună un rol mai simplu.

În cazul „reporterului“, se poate imagina cu ajutorul mai multor persoane, mimarea unui eveniment ca de exemplu: luptă de stradă, accident, eveniment sportiv, etc., la care reporterul trebuie să participe.

IV b. Ajunși la această dezvoltare a exercițiului, se poate încerca o situație în care se vor combina acțiunea imaginată de student în raport cu obiectele, cu o alta neașteptată, cu totul nouă, propusă din afară.

În acest caz studentul își încheie acțiunea cu spatele spre o parte a scenei, unde — cînd el se întoarce, — apar una sau mai multe

persoane, cu mișcări care cer studentului protagonist să riposteze imediat, intrînd în rolul nou care îi este impus.

De exemplu: „elevul“ își încheie acțiunea ducîndu-se la catedră să arate profesorului carnetul de note; cînd se întoarce, se află în fața unui grup de elevi care năvălesc pe ușă, cu știrea că a izbucnit războiul.

„Reporterul“ poate coborî de pe o scară, unde se urcase ca să-și dea informații mai precise și să se trezească cu drumul barat de un convoi.

Acest exercițiu, mergînd de la simplu la complex, poate fi executat pe etape, în raport cu gradul de dezvoltare al studenților.

Este interesant, pentru că cere rezolvarea unor situații în care studentul trebuie să țină seama atît de rolul lui de protagonist care crează și dirijează acțiunea, cît și de relația cu obiecte, cu decor și cu alte persoane.

La un grad mai avansat, exigențele pot spori, așa fel încît improvizația imaginată cu obiecte, să fie secundată de introducerea dialogului și el improvizat și compus după un ritm, care să se încadreze unui anumit stil de interpretare (de exemplu același rol va cere un alt ritm, dacă va fi vorba de o comedie sau de o dramă).

Acest studiu pe etape diferite permite studentului nu numai să-și dezvolte imaginația, dar — prin spontaneitatea pe care o cere și prin relațiile pe care le crează cu obiecte, decor și persoane, — exersează și capacitatea de adaptare rapidă și nuanțare a reacțiilor lui.

Pentru a păstra omogenitatea clasei este indicat ca în timpul exercițiului cu fiecare student, să fie solicitați și alții, stimulîndu-se în felul acesta curiozitatea tuturor pentru noi rezolvări ale aceluiași exercițiu.

Rolul profesorului în acest exercițiu este de a permite studentului o cît mai liberă improvizație, stimulînd-o dar și dirijînd-o în cazul deficiențelor care se pot ivi cu studenți mai superficiali, sau cu o imaginație mai săracă.

Pentru profesor, acest exercițiu este și un foarte bun prilej de a-și da seama de specificul fiecărui student (de exemplu dacă este un tip mai rațional, temperamental sau imaginativ), putînd astfel să fie condusă munca în așa fel, încît studentul să devină și el conștient de posibilitățile lui.

Studiu de improvizație cu tema:

„De la ușă la fereastră“

a) Deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre.

b) Deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre după propria imaginație.

c) Justificarea spațiului parcurs de la ușă la fereastră.

d) Intervenția uneia sau mai multor persoane.

e) Deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre imaginare.

a) *Deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre.*

Sînt mișcări atît de obișnuit umane, încît sîntem tentați să nu le acordăm o atenție deosebită. Oricine deschide și închide de nenumărate ori uși și ferestre.

Sînt mișcări intrate în subconștientul omului, încă din timpul în care acesta și-a creat în raport cu natura o viață proprie, strîns legată de noțiunea de casă.

Este foarte interesant să studiem deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre, pentru că mișcările cerute sînt condiționate nu numai de specificul ferestrei sau a ușii (ușă grea, înțepenită, mobilă, fereastră cu două canaturi sau unul, etc.), ci și de starea sau calitatea persoanei care acționează.

Dacă ușile și ferestrele sînt foarte diferite, cerînd astfel mișcări adecvate lor, nu e mai puțin adevărat că există o gamă infinită de deschideri sau închideri, condiționate fie de starea psihică momentană a unei persoane, fie de temperamentul ei, de gradul de evoluție pe scara civilizației, sau de meseria, sexul, vîrsta pe care o reprezintă și chiar de diferitele epoci istorice.

În acest studiu se poate cere studentului, ca o primă etapă, să execute mișcări de închidere și deschidere, în mod spontan, — lucru care va putea oferi indicații asupra anumitor trăsături caracteristice studentului.

După felul în care studentul va închide și deschide o ușă și o fereastră, profesorul îi poate cere să-și explice mișcările, obligîndu-l astfel să motiveze conștient mișcările pe care le face în mod obișnuit, fără un control deliberat.

În felul acesta studentul învață să se observe și la indicațiile profesorului poate corecta anumite deficiențe în mișcările lui, dictate fie de o impetuozitate temperamentală, fie de o educație defectuoasă. Exercițiul se va executa separat cu ușa și cu fereastra.

b) Se vor executa separat de către student, deschiderea și închiderea ușii și a ferestrei, alegîndu-și el însuși o temă, pe care vrea s-o execute.

De exemplu : își poate alege să deschidă o ușă, curios să vadă ce se petrece într-o odaie, fie cu nerăbdarea celui care abia așteaptă să ajungă acasă, fie furios, după o ceartă, etc., etc.

Aceeași temă o va executa și cu fereastra.

Profesorul, la rîndul lui, indică o temă studentului pentru ca acesta s-o execute și cu fereastra, separat.

Acestea sînt teme simple și care cer din partea studentului să fie atent la reacțiile omului în diverse situații, în raport cu un spațiu nou în care este introdus.

c) *Aceste exerciții se pot amplifica în momentul în care cerem studentului să-și imagineze că între ușă și fereastră există o încăpere în care se întîmplă ceva, și el va trebui să răspundă unei solicitări imaginare. Exercițiul poate să fie executat fie cu o temă aleasă de student, fie la indicarea profesorului.*

Exercițiul presupune că studentul va executa mișcări care se vor lega între ele în jurul unei teme, în așa fel încît mișcarea primită de deschiderea ușii, trecînd printr-o suită de mișcări intermediare pentru executarea temei, să se lege de o mișcare a deschiderii ferestrei, care să încheie în mod firesc exercițiul.

De exemplu se poate imagina că studentul intrînd în odaie, descoperă o mare dezordine ; obiecte aruncate pe jos, țigări în scrumieră, radio-ul deschis, etc., și că, executînd mișcările pentru a face ordine în odaie, se va duce la fereastră s-o deschidă pentru aerisire.

Bineînțeles, aceste mișcări pot fi însoțite de o participare efectivă, — dacă studentul joacă personajul unei mame supărate de dezordinea pe care o fac copiii, sau dimpotrivă, pot fi executate cu automatismul propriu celui care e obișnuit să facă aceste mișcări, de exemplu în calitate de om de serviciu.

Acest exercițiu, — în care studentul trebuie să creeze relații între ușă și fereastră, ținînd seama de spațiul creat între ele —, poate să varieze foarte mult în raport fie cu obiectele pe care studentul le poate introduce în odaie, fie cu altele existente.

De exemplu : se poate presupune că un spărgător intră în odaie cu o lanternă și o trusă de chei, caută obiectul pe care vrea să-l fure, și apoi iese pe fereastră.

Sau, se face o mutare, omul își scoate lucrurile pe ușă, dar are un dulap mare pe care îl poate scoate numai prin fereastră. Sau, o fată vine fericită cu un buchet de flori în brațe, îl aranjează în glastră, apoi se duce la fereastră, o deschide și privește în urma iubitului, etc., etc.

d) În acest exercițiu se poate lucra și cu participarea unei sau a mai multor persoane.

În acest caz se poate spune că avem de-a face cu o scenă completă în care toate elementele dramatice sînt prezente.

Singura diferență este că studenții nu se vor afla în fața unui text dinainte pregătit, ci — fiind vorba de studii de improvizație, — vor trebui și în acest caz să facă față unor situații noi.

Desigur că și aici se poate propune studenților să compune ei o temă și s-o dezvolte liber, sau profesorul poate indica și dirija el dezvoltarea temei.

De exemplu : trei studenți mimează spargerea unei case. Primul încearcă să deschidă fereastra prin geamul de sus. Prin repetate încercări reușește și se strecoară prin geam în cameră. După ce s-a convins că nu e nimeni în încăpere, se duce la ușă și o deschide puțin, ascultînd. Se întoarce la geam chemîndu-și complicii. În timp ce unul stă și veghează la ușa întredeschisă, ceilalți doi strîng lucrurile din dulap. Cel de la ușă îi face atenți de apropierea cuiva. Se retrag în grabă, după ce au aruncat primului care a sărit prin fereastră, pachetul.

Se mai poate propune studentului, — pentru ca improvizația să fie completă, — să atribuie el însuși personajelor rolul pe care trebuie să-l joace, în raport cu tema pe care și-o alege.

De exemplu : studentul trebuie să lucreze cu trei colegi și să imagineze singur o acțiune între ușă și fereastră. El poate intra cu cei trei colegi ca să petreacă împreună în odaia lui. Se va introduce

in odaie, aprinde lumina, le va oferi scaune, le dă de băut, ascultă muzică; de afară se aude un zgomot, ei își întrerup petrecerea. Studentul deschide fereastra, privind curios afară, etc., etc.

Profesorul, la rîndul lui, poate să-i propună o temă pe care să o dezvolte.

De exemplu : fete și băieți vin veseli să serbeze reușita unor examene etc., etc.

e) *Deschiderea și închiderea unei uși și ferestre imaginare*

Introducerea studenților într-un cadru imaginar pune noi probleme de studiu. Se presupune în primul rînd, că spațiul scenic nemaifiind de data aceasta condiționat de elemente reale, studenții vor avea libertatea să și-l determine singuri. În interiorul acestui spațiu se vor introduce elementele cerute de temă, care sînt și ele tot imaginare, și se va stabili un cod pe bază caracteristicilor acestor elemente, grație căruia improvizația devine comunicabilă. Lucrînd cu elemente pur imaginare, studenții vor avea pe de o parte o libertate mult mai mare de mișcare, nefiind condiționați de un spațiu real, dar în același timp vor trebui să dea dovadă nu numai de o memorie plastică bine exersată, dar și de inventivitate sporită.

Pentru o mai bună reușită în executarea temelor imaginare, acestea vor fi precedate de teme cu obiecte reale, înrudite, care prin exercițiul prealabil vor evita eventuale dibuiri neconcludente. Pe de altă parte, înainte de executarea temelor imaginare, studenții vor trebui să-și clarifice și să explice cît mai bine elementele folosite. Prin puterea de sugerare deosebită pe care temele imaginare le oferă prin plasticitate și expresivitate intensificată, se încadrează în problemele pe care le pune spre rezolvare pantomima. De aceea ele aduc în cursul studiului nu numai un surplus de inventivitate, dar și o îmbogățire a calităților expresive ale mișcării.

Temele imaginare — ca și cele reale — sînt, cînd lăsate la alegerea studenților, cînd indicate de profesor, sau chiar combinate în așa fel, încît inițiativa studentului să poată răspunde unui element surpriză propus de profesor în interiorul temei.

Propunînd studenților ca temă imaginară deschiderea și închiderea unei uși și a unei ferestre, se pot ivi rezolvări felurite :

1. Deschiderea și închiderea unei uși grele cu toate dificultățile pe care le comportă, și a unei ferestruici înțepenite.

2. Deschiderea unei uși glisante, avînd grijă ca ea să alunece ușor, și deschiderea și închiderea unei ferestre cu ghilotină.

3. Intrarea și ieșirea pe o ușă turnantă cu abilitatea pe care o cere, trebuind să se angreneze cu parteneri imaginari, folosind în același timp aceeași ușă, și deschiderea și închiderea unei ferestre, la liftul pentru corespondență, la un hotel.

4. Deschiderea și închiderea unei intrări într-o pivniță, cu precauțiile pe care le comportă, și deschiderea și închiderea ferestrei de aerisire.

După ce studenții execută rînd pe rînd tema pe care au imaginat-o, profesorul le poate propune să o repete, de data aceasta trebuind să răspundă în cursul acțiunii unei situații surpriză.

De exemplu : cînd studentul deschide cu greutate ușa, intră în încăpere și găsește acolo trei figuri imobile, în poziții diferite. Acestea pot fi interpretate ca fiind niște statui, și cărate în consecință afară din odaie. Sau studentul care își propune să intre în pivniță, găsește acolo doi colegi desfundînd un butoi cu vin. La vederea lor, studentul nou venit — după ce se asigură că nu pot fi văzuți prin ferestruică, li se alătură.

Improvizații cu perdele

Perdelele sînt frecvent întrebuințate ca elemente de decor, pentru că prin suplețea lor permit drapări, care sugerează foarte diferit. Aceste perdele atîrnă din plafon conturînd scena și lăsînd un spațiu liber între ele și pereți.

În studiile de improvizație. perdelele sînt un element folosit ca decor, care îi introduce pe studenți în tema improvizată. Se procedează cerînd unui student să drapeze perdelele într-un fel sugestiv (inițiativa îi aparține). Cei care participă la executarea studiului de improvizație, trebuie să ghicească semnificația dată perdelelor, și deci, să fie introduși în atmosfera temei improvizate. Protagonistul care aranjează perdelele, poate să uzeze de anumite gesturi elocvente și chiar de cuvînt cînd este nevoie, pentru a indica mai bine acțiunea care urmează să fie improvizată.

Studiile de improvizație cu perdele folosesc atît celor care le aranjează, cît și celor care lucrează în raport cu ele. Primii își vor exersa imaginația pentru a descoperi cît mai multe modalități evocatoare cu ajutorul lor. Vor putea astfel să-și contureze aria domeniilor pe care le stăpînesc într-atît, încît să le poată folosi ca teme de improvizație. De exemplu : un student începător va aborda o tematică desigur simplă, cu sugerări directe : perdeaua unei ferestre, o cortină. Este de asemenea un mijloc pentru studenți de a-și exersa gustul, creînd cu o plasticitate atît sugestivă cît și artistică. Studenții care își aranjează singuri perdelele, învață să-și organizeze spațiul scenic, orientîndu-se mai eficient în interiorul lui și cîștigă posibilitatea de a înțelege mai bine în munca lor de mai tîrziu colaborarea cu ceilalți realizatori ai spectacolului : regizor, scenograf etc.

Pentru studenții care acționează la sugestia diferitelor drapări este foarte util faptul, că urmînd să se comporte în raport cu acest decor creat, își vor dezvolta atît observația, cît și atenția și imaginația, pentru a ghici intențiile studentului care a aranjat perdelele și pentru a intra în tema propusă. Sînt acțiuni, care presupun atît putere de concentrare, cît și spontaneitate și dorința vie de a colabora cu studentul protagonist, răspunzînd la solicitarea lui, printr-un aport propriu.

În studiile de improvizație cu perdele se urmăresc mai multe probleme. Cele mai simple sînt acelea care rezolvă mici acțiuni scenice indicate nemijlocit de perdele ca decor, fără implicații mai complicate. De exemplu, studentul protagonist sugerează o perdea în fața unei

ferestre ; el dă perdeaua la o parte și partenerul vine și deschide fereastra imaginară, respirînd cu un gest larg aerul dimineții.

Un alt exemplu, în care perdeaua este un balansoar : protagonistul îl leagănă alene, sugerînd partenerului să se apropie de balansoar și să mîngîie copilul imaginar aflat în el ; sau protagonistul, coborînd din balansoar, la apariția partenerei, o invită să ia locul ca s-o legene.

O perdea poate fi drapată de protagonist în chip de copac, după care se ascunde, solicitînd pe partener sau parteneră să-l caute.

Perdeaua poate fi și o draperie grea într-o sală de festivități, protagonistul, — dînd-o la o parte, sugerează partenerului sau mai multor parteneri să realizeze dincolo de ea o scenă de spectacol, în fața unui public.

Un practicabil pus în fața a două draperii strînse de o parte și de alta a practicabilului, poate să sugereze tribuna de la care vorbește protagonistul și apoi înmînează partenerilor diverse premii.

Perdelele trase, eliberînd peretele din fundul scenei, sugerează un ecran în fața căruia protagonistul, — cu ajutorul unui baston — dă explicații asupra planșelor proiectate studenților parteneri.

Legînd două perdele la mijloc și depărtîndu-le și fixînd colțurile lor laterale, se poate sugera un cort din care iese studentul protagonist și — bătînd din palme — cheamă slujitorii.

Ridicînd în aer cu brațele întinse colțul celor două perdele, protagonistul poate sugera prin mișcări caracteristice fie un fluture, fie o pasăre răpitoare, care îi angajează pe parteneri la improvizarea unor acțiuni scenice corespunzătoare.

O perdea poate fi interpretată ca pînză de corabie, ca steag, ca metraj textil etc., dînd diferite posibilități de improvizație.

Efecte frumoase și variate se obțin drapînd perdelele ca niște coloane. În jurul lor se pot improviza acțiuni scenice care să se concentreze în teme, sugerînd un anume stil, sau epocă istorică. Improvizațiile cu perdele, cînd depășesc etapa simplă a unui răspuns imediat la sugerările pe care acestea le ocazionează se pot complica în scene cu un cuprins mai larg. Aceste scene cer interpretări mai complexe, referiri mai precise, în care studenții să imagineze nu numai anumite acțiuni, dar să le studieze într-un cadru condiționat de cerințele lor ca stil, epocă, mediu etc. Ca un exemplu de studiu mai dezvoltat cu ajutorul perdelelor, cităm pe acela în care perdelele sînt drapate ca niște coloane, decorul fiind completat și cu alte elemente ca : practicabile reprezentînd scări, sau un fotoliu în chip de tron. Acest decor poate ocaziona un studiu evoluînd în mai multe momente realizate în așa fel încît trecerea de la un moment la celălalt să fie evidentă și bine justificată. În același decor se va realiza o primă acțiune scenică cu caracter de tragedie antică, ce comportă solemnitatea caracteristică, trecînd apoi la un al doilea moment în care acțiunea scenică evoluează într-o epocă istorică mai apropiată (de exemplu din istoria noastră), pentru a termina cu improvizarea unei scene din contemporaneitate.

De la o scenă de sacrificiu într-un templu antic, se poate trece la un complot într-un palat al voevozilor noștri, pentru a încheia cu o scenă de stradă, sub o coloană modernă.

Desigur că elemente de decor ajutătoare, în afară de perdele (care vor avea de fiecare dată rolul de coloane), pot varia după cum o dictează atît necesitatea momentului improvizat cît și imaginația studentului protagonist.

Studiu determinat de condiții atmosferice

I. Reacții subiective la diverse stări atmosferice.

II. Reacția la introducerea într-o anumită stare atmosferică și condiționarea unui anumit mediu.

III. Existența unei stări anterioare, care trebuie să se adapteze condițiilor atmosferice.

IV. Intervenția uneia sau mai multor persoane.

V. Modalitatea în joc prin adaptarea la condiții atmosferice schimbătoare.

Tinerii viitori actori trebuie să fie obișnuiți că acțiunea lor nu se petrece numai într-un cadru mediu neutru și deci, în jocul lor trebuie să țină seama de o serie de condiții exterioare care influențează mișcarea lor.

Printre elementele exterioare care pot determina sau influența jocul actorului sînt și condițiile atmosferice, în care se desfășoară acțiunea.

Altul va fi jocul în ploaie, sau sub bătaia vîntului, în furtună sau într-o zi toridă. De aceea, propunem în acest studiu studenților să-și compună mișcările ținînd seama de intervenția unor condiții atmosferice diferite.

În acest studiu vom dezvolta mai multe etape.

I. *Prima etapă :* cere studentului să reacționeze la diferite condiții atmosferice, cu mișcări indicînd starea pe care o resimte fiecare cînd este introdus într-un anumit mediu fizic.

De exemplu : studentului i se indică situația de a se afla sub bătaia ploii. Capul, fața, umerii, brațele, picioarele, tot corpul trebuie să exprime senzația celui care se află sub stropii de ploaie, senzația care poate fi de plăcere, de neplăcere, de suferință, sau exaltantă etc.

Studentul este lăsat să-și aleagă singur reacția psihică provocată de ploaie, putîndu-se astfel observa înclinări temperamentale specifice.

După exersarea mișcării alese de student, profesorul poate să indice acestuia să execute și mișcările cerute de alte reacții psihice.

De exemplu : studentul și-a ales mișcarea în ploaie, însoțită de o senzație de plăcere. Profesorul poate să-i ceară apoi executarea mișcării în cazul unei senzații de neplăcere, etc., etc.

În cursul acestor exerciții care presupune un joc nuanțat, profesorul va interveni — dacă este nevoie — cu indicații ușoare, care, fără să întrerupă exercițiul, să-l ajute pe student să dezvolte studiul cît mai complet.

II. *A doua etapă* : Etapa precedentă are un caracter mai subiectiv, pentru că cere studentului să exprime o reacție personală, cauzată de o stare atmosferică, indiferent de condiționarea acestei stări atmosferice în raport cu un mediu anumit : stradă, cîmp, pădure etc.

În a doua etapă vom cere studentului să se miște în ploaie (sau în alte condiții atmosferice indicate mai sus), ținînd seama că se află într-un mediu determinat.

De exemplu : altele vor fi mișcările într-un mediu citadin, cînd se presupune ieșirea dintr-o casă, apărarea de o streașină care curge, sau de un vehicul care trece împroșcînd stropi de noroi, sau coborîrea pe un trotuar, cu salturi peste rigola plină de apă, și altul — mersul pe un drum de țară, desfundat, plin de gropi și noroi.

III. *Etapa a treia* : Această etapă le presupune pe cele două anterioare, complicate cu o stare preexistentă cu care studentul intră în mediul atmosferic. El trebuie să-și coordoneze mișcările cerute de această acțiune cu noua situație.

De data aceasta condițiile atmosferice nu mai sînt cele care determină mișcarea, ci studentul este introdus în mediul atmosferic deja încărcat cu o acțiune, pe care trebuie s-o execute adaptînd-o la noua situație.

De exemplu : studentul intră în ploaie purtînd niște pachete. Trebuie prin jocul lui, să exprime diferența dintre o stare obișnuită și cea dictată de intervenția ploii. Fie că ploaia îi va îngreuna mersul, pentru că trebuie să țină seama de apa de pe jos în timp ce poartă pachetele, fie că obiectul pe care-l aduce trebuie ferit de o degradare eventuală cauzată de ploaie, fie că acest obiect, dimpotrivă, îi poate oferi un adăpost — sînt tot atîtea ipoteze, care cer un joc diferit.

Se poate cere studentului să intre în ploaie și cu mișcările dictate de o stare psihică anterioară.

De exemplu : studentul este solicitat să joace rolul unei persoane care iese din casă, foarte enervată în urma unui conflict, sau a unei întîmplări neplăcute la care a luat parte.

Afară, în ploaie, enervarea poate fi distrată prin noua condiție întîmpinată, ori, dimpotrivă starea de enervare poate să fie mai puternică, încît să predomine oricărei intervenții din afară.

IV. *Etapa a patra* : Aceste exerciții individuale se pot dezvolta și mai mult, introducînd în acțiune una, sau mai multe persoane. În acest caz se pot închipui situații în care studentul, care execută exercițiul, va propune el partenerilor o anumită acțiune în care aceștia trebuie să se integreze. Această acțiune nouă poate fi lăsată la libera alegere a studentului, sau indicată de profesor.

De exemplu : studentul merge în ploaie și întîlnește una sau mai multe persoane. Poate indica persoanei întîlnite să joace rolul unui bătrîn pe care îl ajută să traverseze, pe acela al unui prieten pe care nu l-a văzut de mult, sau pe cel al unui om care se ferește să-i iasă în cale și pe care totuși îl întîmpină.

În cazul intervenției mai multor persoane, se pot imagina situații, care să antreneze tot grupul fie iscînd o ceartă care poate degenera în bătaie, fie sugerînd întoarcerea de la o petrecere la care este antrenat și studentul protagonist, fie angajarea într-o acțiune colectivă, de exemplu, pentru depanarea unui automobil etc.

În toate aceste cazuri studentul poate și el la rîndul lui, să fie solicitat să execute mișcări cerute de persoanele care intră în acțiune.

V. *Etapa a cincea* : Pentru a deprinde pe student cu o cît mai mare mobilitate în jocul lui, i se poate propune ca, în cadrul acestui studiu, să treacă de la o stare la alta, printr-o schimbare a condițiilor atmosferice.

De exemplu : studentul solicitat să reacționeze în cazul unei ploi, va trebui să-și adapteze jocul la o furtună, care survine pe neașteptate, sau dimpotrivă — la trecerea ploii.

În acest caz se poate improviza o scenă care să reprezinte *„O excursie în munți“*. Pentru o mai mare dezvoltare, se pot introduce elemente de decor, care să permită un joc mai diferit, ca de exemplu, escaladarea unor stînci, salturi peste bolovani etc., executate toate sub acțiunea unor condiții atmosferice în schimbare.

Ca elemente ajutătoare în compunerea acestui studiu se pot folosi diverse obiecte de îmbrăcăminte sau altele, legate de starea atmosferică respectivă și care cer anumite mișcări.

De exemplu : deschiderea unei umbrele, închiderea unui fulgarin, strîngerea lui în jurul trupului, încălțămintea care este fie prea mare și ocazionează mișcări stîngace, sau nepotrivită ploii și cere mișcări prudente, etc., etc.

Joc într-un anotimp

„Omul de zăpadă“

Într-o cabană de munte imaginară, o parte din studenți se hotărăsc să facă o plimbare pe platou. Cîteva elemente ca : fular, mănuși, căciulă, sugerează îmbrăcămintea de iarnă.

Tinerii, după ce s-au îmbrăcat, încep să urce pe o potecă în serpentină, ținîndu-se lanț de mîini. Conducătorul anunță celor din coloană obstacole imaginare, de exemplu : „aplecați-vă să nu vă loviți de crengi“, „alunecuș“, „poteca se strîmtează“ etc., dînd o atenție specială fetei din spatele lui, care se presupune că-i este prietenă. Ceilalți improvizează în raport cu indicațiile conducătorului, fiind liberi să-și imagineze și situații independente între ei.

Ajunși pe platou, îi tentează o luptă cu bulgări de zăpadă. Unii dintre ei se retrag din joc ca să facă un om de zăpadă. Spontan, unul din studenți are ideia să se dea drept un maldăr de zăpadă, culcîndu-se pe spate. Colegii răspund la solicitare și îl îndoaie ghem, ridicîndu-l și plasîndu-l în centrul scenei.

Toți urmează construirea omului de zăpadă. Între timp se întunecă și la un moment dat li se pare că omul de zăpadă începe să se miște. Desigur toți se sperie, se retrag, dar își dau repede seama că îi înșelase imaginația lor. E tîrziu și trebuie să se întoarcă la cabană ; studenții doboară omul de zăpadă, care se lasă rostogolit de colegii lui pînă la marginea prăpastiei, și apoi aruncat în ea (prăpastia e marginea scenei).

Studenții coboară din nou în șir indian, cîntînd. Unii alunecă, alții cad, se tem, sînt ajutați etc.

La cabană află că nu le-a mai rămas de mîncare. Fiecare reacționează în felul lui.

Ca un exercițiu al memorării gesturilor și al concentrării în vederea unui răspuns rapid la o solicitare nouă, profesorul poate cere studenților să repete întocmai tema, fiind atenți la momentul cînd li se va cere o interpretare nouă. În cazul temei descrise mai sus, profesorul, — cînd studenții se sperie —, va propune trecerea acțiunii în *ireal*. În acest caz, studentul „om de zăpadă" se va înălța și va întinde brațele, executînd mișcări line și grațioase ca și cînd ar fi un „Făt-Frumos". La vederea lui, colegii — mai înainte speriați —, fac cerc împrejurul său fascinați, iar una din fete, fermecată, se apropie de el.

„Făt-Frumos" o ridică ușor în aer, o așează pe umăr și execută astfel cîteva mișcări line, în timp ce colegii se rotesc în jur, cu uimire. Cînd fata este coborîtă din nou pe pămînt și Făt-Frumos vrea să o sărute, ea — la atingerea obrajilor — se sperie de răceala sărutului lui și fuge spre ceilalți colegi. Cu toții treziți atunci ca dintr-un vis, reintră în acțiunea *reală* și se pregătesc să coboare la cabană.

Pentru a sugera mai bine intrarea în ireal, mișcările vor avea un ritm mai lent, mai ondulat, dînd senzația de plutire.

Tot timpul exercițiului se va atrage atenția studenților că trebuie să se comporte cu gesturile cerute de anotimpul friguros al iernii : să sugereze căderea zăpezii pe păr, pe față, pe umeri, să redea senzația de frig cu ajutorul miinilor, al picioarelor care îngheață, plăcerea contactului cu zăpada proaspătă etc.

„Proverbe"

Temele de improvizație nu sînt propuse numai de profesor, ci, — pentru a stimula inițiativa studenților —, li se cere să-și aleagă ei tema. Pentru a permite tuturor studenților o participare activă, este interesant să li se ceară, ca pentru cursul următor să propună fiecare cîte o temă de improvizație, avînd ca pretext un proverb, o ghicitoare, un aforism cunoscut, sau o poezie de largă circulație.

Rezolvările se cer să fie rapide, concise și explicite pentru ca ceilalți colegi să poată ghici tema improvizată. Este nu numai un stimulent al imaginației și al atenției, dar pentru profesor este în același timp și un mijloc de a se apropia mai bine de concepția fiecărui student, atît prin tema pe care și-o alege acesta, cît și prin modul în care înțelege să o rezolve. Astfel, se vor putea identifica tipurile spontane, sau reflexive, cele care sînt înclinate să ocolească dificultățile, sau cele pe care le interesează tocmai învingerea unor probleme mai grele.

Pentru realizarea acestor exerciții, fiecare student predă profesorului foaia de hîrtie pe care și-a scris numele, cu tema de improvizație. Profesorul grupează biletele într-o cutie, pălărie etc. și scoate la întîmplare cîte un bilet, citind numele scris pe el. Studentul chemat își va alege partenerii de care are nevoie pentru executarea temei și —

după ce a aranjat scena, se retrage cu ei pentru a le da indicațiile necesare executării exercițiului.

Profesorul fixează timpul de execuție — care trebuie să fie scurt pentru a permite cît mai multor studenți să lucreze —, iar restul grupului trebuie să descifreze semnificația proverbului.

Este interesant de observat că studenții, recurgînd de multe ori la proverbe uzuale, temele se repetă în diferite grupuri de studiu, dar rezolvarea lor diferă — ceea ce permite comparații în ce privește capacitatea și îndemînarea scenică a studenților.

Printre multele exerciții de improvizație pe teme indicate de proverbe, cităm cîteva.

„Cine sapă groapa altuia, cade singur în ea".

Studentul care a propus tema și-a ales ca partener o studentă cu care înaintează în avanscenă. Cu ajutorul unui băț îi ia măsurile ca la croitor, dar, — spre uimirea privitorilor — depășește măsurile obișnuite deasupra capului, dincolo de mînă etc.

Scena e mută și executată cu gravitate și economie de gesturi.

Luminile se sting și se reaprind cînd cei doi reapar, el trăgîndu-și partenera înspre un loc marcat printr-un practicabil pus în lungime. În dreptul practicabilului el începe să sape — cu bastonul cu care o măsurase și care acum este o sapă imaginară —, o groapă după măsurile fetei. Ca studiu de mișcare se vor marca etapele de coborîre ale băiatului tot mai adînc în groapă, pe măsură ce sapă. De cîte ori fata încearcă să fugă, el, întrerupîndu-și săpatul o amenință cu lopata, speriind-o și prin emiterea unui „ha-ha" macabru și satisfăcut.

Cînd groapa imaginară a ajuns atît de adîncă încît studenta ar dispare în ea, la o nouă încercare a fetei de a fugi, acesta sare afară și vrea s-o azvîrle în groapă. Dar se împiedică și cade el însuși, spre marea satisfacție a fetei și a privitorilor care au ghicit proverbul.

Această interpretare se remarcă prin caracterul ei comic.

„Pisica blîndă zgîrie rău".

Un student instalat în fotoliu citește. Cu mișcări mlădioase vine pisica și caută să-i atragă atenția asupra ei. Sforăie, i se freacă de picioare, ridică labele pe genunchii lui, face tot felul de contorsiuni grațioase, dar nu izbutește să-l distragă de la lectura sa. Atunci, ca o ultimă încercare de a-l cuceri, — îi sare în brațe, dar el o respinge. Supărată, pisica îl zgîrie furioasă pe la spate.

Această temă se poate realiza și printr-o transformare în timpul jocului, pisica devenind femeie.

„Prietenul la nevoie se cunoaște".

Scena e goală. În prim plan o mică movilă albă (realizată cu trei practicabile).

În scenă apare un student făcînd eforturi să înainteze prin zăpadă, apărîndu-se de crivățul înghețat. El caută cu înfrigurare în jurul său. La un moment dat strigă în depărtare în speranța unui răspuns. De

sub movilă se aude o voce înăbuşită şi se vede o uşoară deplasare a movilei. Studentul, care-l caută pe cel înzăpezit, se apropie precipitat de movilă şi începe cu mare greutate să dea la o parte zăpada prăvălită peste cel care geme dedesubt. În sfîrşit, acesta apare puţin cîte puţin.

Asistăm la satisfacţia celui care l-a salvat şi eforturile lui de reanimare. Coboară, susţinîndu-şi prietenul înzăpezit.

„Cînd doi se ceartă, al treilea cîştigă".

Scena se realizează prin mişcări în cerc.

Doi studenţi acompaniază o fată care le acordă o atenţie superficială, fără o predilecţie pentru unul din ei.

Fiecare vrea să capteze atenţia fetei. La un moment dat, unul din ei încearcă să-şi îndepărteze adversarul. Acesta ripostează. Începe un joc — în spatele fetei — care dintr-o uşoară ceartă degenerează în bătaie.

Se iveşte un al treilea student, care sub pretext că apără fata, îi oferă curtenitor protecţia lui, ieşind satisfăcut cu ea din scenă.

Improvizaţie pe recitare

Pentru teme mai ample de improvizaţie, care cer şi un număr mai mare de executanţi, pot servi poezii cunoscute, sau texte artistice în proză, care oferă atît o plastică bogată şi variată, cît şi elemente dramatice interpretabile scenic.

I. *Improvizaţie pe un text în proză*

Textul :

„În vremea veche... de demult, de mult... ceriul era limpede... soarele strălucea ca un fecior tînăr... cîmpii frumoase, împrejurate de munţi verzi se întindeau mai mult decît putea prinde ochiul... păduri tinere umbriau dealurile... turmele s'auziau mugind de departe... şi armăsari nechezau jucîndu-se prin rarişte... Pe o pajişte verde slobozenia, copilă bălăioară cu cosiţe lungi şi aurite, se giuca cu arc destins. Ferice de oamenii din cîmpie, ferice de cei dela munte!... Era vremea atuncea cînd tot omul trăia fără stăpîn şi umbla mîndră fără să-şi plece capul la alt om ; cînd umbra văilor, pămîntul şi aerul ceriului, era deschişi tuturora ; iar viaţa se trecea lină ca un vis ; şi cînd agiungea pe om nevoile şi moartea, el se ducea zicînd : „Mi-am trăit zilele", şi era sigur că viaţa lui se va prelungi în copii şi moştenirea lui...

Dar iată aerul se turbură... Cerul cel limpede se îmbrobodeşte cu nori întunecoşi... un nor de praf învăluie cîmpia şi ascunde munţii... se aud vaiete... dobitoacele se învîrtesc cum se învîrtesc în nopţile vijălioase, cînd lupii urlă în păduri... Caii nechează jalnic... mulţime de glasuri se aud strigînd... vădesc cînd primejdie, cînd nădejde, izbîndă, cînd perdere, turbare, desnădăjduire ; vîntul suflă şi norul se împrăştie puţin... Doamne, fă-ţi milă... se vede amestecul unei bătălii ! Cei ce au năvălit sînt îmbrăcaţi în fer... segeata alunecă pe pavăză şi paloşul cu două ascuţişe taie în carne vie... dar pepturile goale stau împotrivă... se luptă cu furie... se plec săbiei... inimile slăbesc... fug... ţara slobodă au perit!... Staţi... izbînda-i în mîna Domnului... arcul se întinde din nou... luptătorii se amestec şi se isbesc... pepturile goale de pavăzile... capetele descoperite de coifurile... departe pe cîmpie se văd arcuri sdrobite, fâşii de steaguri, apoi un cusciug mare, mare se rădică, şi o pară grozavă înfloriază ceriul... locul jărtfei se înaltă în văzduh... învinşi şi învingători cad în genunchi şi la lumina flacărei îşi dau dreptate şi se iau în braţe... Fii cu inima bună... ţară binecuvîntată ! Tu fusăşi altarul rudirei crivăţului cu pustia, a bărbăţiei cu mintea, a slobozeniei cu puterea. Din această rudire frămîntată cu sînge şi sfinţită prin foc se naşte un popor nou.

„Astfel povestesc bătrînii"

(Alecu Russo — Cîntarea României, 13)

executanţii vor evolua pe scenă în felul următor :

Povestitorul venind din fundul scenei, încet, spre avanscenă, recită nuanţat şi sugestiv prima parte a fragmentului, într-o mişcare lentă şi armonioasă — un „solo" vocal şi plastic. La cuvintele... „Dar iată aerul se turbură..." se retrage în colţul drept al scenei. Apar şi dispar mici grupuri, de cîte 2—3 executanţi, care în ritmul cuvintelor lui, evoluează în diferite direcţii, într-o mişcare de fugă, aparent dezorientată şi dezordonată (forfotă) sugerînd căutarea unei salvări, înspăimîntaţi de pericolul care îi mînă. Paralel cu recitarea şi subliniind sensurile dramatice, adunîndu-se în diferite grupuri plastice mai compacte (care vor grupa şi elemente asemănătoare vocal), executanţii vor intona, ca un fundal muzical, un murmur, care va căpăta rînd pe rînd accente de disperare, vaiete de jale, strigăte de speranţă şi victorie, stinse apoi în deznădăjduire.

La cuvintele „...norul se împrăştie puţin... se aude amestecul unei bătălii..." reapar în toate colţurile scenei mici grupuri în ciocnire, executînd sărituri, căderi, tîrîri, încleştări, luptă corp la corp, etc.... deşi scena de luptă se execută cu arme imaginare, din culise se poate auzi clinchet de săbii.

Treptat lupta se depărtează spre fundul scenei.

La cuvintele „...departe pe cîmpie se văd arcuri zdrobite, fîşii de steaguri", executanţii se adună într-un singur grup, care pe măsură ce înaintează spre avanscenă devine compact, ca o procesiune. La cuvintele „...un coşciug mare se ridică..." executanţii fac o întoarcere lentă deplasîndu-se cu spatele spre avanscenă cîţiva paşi, apoi se întorc cu faţa şi îngenunchează pentru un scurt moment. Ridicîndu-se întind braţele în sus, prinzîndu-se de mîini, păşind înainte şi oprindu-se în prim plan, coborînd lent braţele în final.

După o scurtă clipă de tăcere şi de nemişcare, povestitorul se ataşează grupului, încheind cu cuvintele „...Astfel povestesc bătrînii".

Executanţii vor avea grijă ca tot timpul ritmul mişcării să coincidă cu ritmul recitării.

„A'nceput de ieri să cadă
Cite-un fulg, acum a stat.
Norii s'au mai răzbunat
Spre apus, dar stau grămadă
Peste sat.

Nu e soare, dar e bine,
Și pe rîu e numai fum.
Vîntu-i liniștit acum,
Dar năvalnic vuet vine
De pe drum.

Sunt copii. Cu multe sănii
De pe coastă vin țipînd,
Și se'mping și sar rîzînd ;
Prin zăpadă fac mătănii
Vrînd-nevrînd.

Gură fac ca roata morii :
Și de-a-valma se pornesc.
Cum prin gard se gâlcevesc
Vrăbii gureșe, când norii
Ploi vestesc.

Cei mai mari acum, din sfadă,
Stau pe'ncăierate puși —
Cei mai mici, de foame-aduși,
Se scîncesc și plâng grămadă
Pe la uși.

Colo'n colț acum răsare
Un copil al nu știu cui ;
Largi de-un cot sunt pașii lui ;
Iar el mic, căci pe cărare
Parcă nu-i.

Haina-i mătură pământul
Și-o târăște abia-abia ;
Cinci ca el încap în ea.
Să mai bată, soro, vântul
Dac'o vrea !

El e sol precum se vede,
Mă-sa l-a trimis în sat.
Vezi de-aceea-i încruntat,
Și se-avântă și se crede
Că-i bărbat.

Cade-n brânci și se ridică
Dând pe ceafă puțintel
Toată lâna unui miel ;
O căciulă mai voinică
Decât el.

Și tot vine, tot înnoată,
Dar deodată, cu ochi vii,
Stă pe loc — să mi te ții !
Colo, sgomotoasă gloată
De copii !

El de grabă'n jur chitește
Vr'un ocol, căci e pierdut.
Dar copiii l-au văzut —
Toată ceata năvălește
Pe'ntrecut.

„Uite-i mă, căciula, frate,
Mare cât o zi de post —
Aoleo, ce urs mi-a fost !
Au sub dânsa șapte sate
Adăpost !"

Unii-l iau grăbit la vale,
Alții'n glumă parte-i țin —
Uite-i, fără pic de vin
S'au jurat să'mbete'n cale
Pe creștin !

Vine-o babă'ncet pe stradă
În cojocul rupt al ei
Și încins cu sfori de tei,
Stă pe loc acum, să vadă
Și ea ce-i.

S'oțărăște rău bătrâna
Pentru micul Barbă-cot
„Ați înnebit de tot —
Puiul mamii, dă-mi tu mâna
Să te scot !"

Cică vrei să stingi cu paie
Focul când e'n clăi de fân,
Și-apoi zici că ești român.
Biata bab'a'ntrat în laie
La stăpân.

Ca pe-o bufniț'o'nconjoară
Și-o petrec cu chiu cu vai,
Și se țin de dânsa scai.
Plină-i strimta ulicioară
De alai.

Nu e chip să-i faci cu buna
Să-și păzească drumul lor !
Râd și sar într-un picior
Se'nvârtesc și țipă'ntruna
Mai cu zor.

Baba și-a uitat învățul :
Bate'njură, dă din mîini :
„Dracilor, sunteți păgâni ?
Maica mea ! Să stai cu bățul
Ca la cîini !"

Și cu bățul se'nvârtește
Ca să-și facă'n jur ocol ;
Dar abia e locul gol,
Și mulțimea năvălește
Iarăși stol.

Astfel tabăra se duce
Lălăind în chip avan :
Baba'n mijloc căpitan
Scuipă'n sân și face cruce
De satan.

Ba se răscolesc și câinii
De prin curți, și sar la ei.
Pe la garduri ies femei,
Se urnesc mirați bătrânii
Din bordei.

„Ce-i pe drum atâta gură ?"
„Nu-i nimic. Copii ștrengari".
— „Ei auzi ! vedea-i-aș mari
Parcă trec-adunătură
De tătari !"

(G. Coșbuc — Iarna pe uliță).

Spre deosebire de exercițiul precedent, executanții vor reda direct, concret, acțiunea, nu o vor mai sugera. De data aceasta vom porni de la un tablou vivant, toate personajele aflîndu-se în scenă și insuflețindu-se pe măsură ce textul recitat ajunge la ele. Fiecare personaj va căuta să aibă o poziție plastică sugestivă, cît mai corespunzătoare rolului său.

Recitatorul va face pauze mai mari decît necesită recitarea obișnuită a poeziei, lăsînd timp de acțiune executanților, posibilitatea de a se încălzi și a duce pînă la capăt mișcările.

Începutul va fi obișnuit, lent, descriptiv.

Primul fragment de mișcare, jocul copiilor, va avea în vedere varietatea jocurilor ocazionate de acest anotimp : bătaie cu bulgări de zăpadă, săniuș, trîntă în zăpadă etc. Al doilea fragment este apariția copilului „strivit" de căciulă, care devine punctul de atracție al jocului. Ultimul fragment va cuprinde intervenția bătrînei și reacția gălăgioasă a copiilor, care fac „hărmălaie" pe uliță, depărtîndu-se și dispărînd în finalul recitării.

În concluzia acestor două exerciții arătăm că exercitanților le revine libertatea de a-și crea cadrul în care se petrece acțiunea, inițiativa în alegerea elementelor de costum și decor ajutătoare, precum și amplasarea acestora, redînd astfel mai multe planuri de desfășurare a acțiunii. De asemenea reamintim că prin pauzele sale bine dotate, recitatorul dă timp liber executanților, necesar pentru efectuarea acțiunilor. În special la al doilea exercițiu pauzele vor fi făcute cu mare atenție,

ca să nu distragă continuitatea recitării, dar nici să grăbească ritmul acțiunii stînjenind-o.

Sarcina recitatorului la aceste exerciții este complexă, întrucît în afară de impulsul dat executanților, el trebuie să mențină o legătură vie cu publicul, captîndu-i atenția și introducîndu-l direct în atmosfera jocului.

Improvizație în transformare

„Orchestra de jazz"

I. *Orchestra în pregătire* (repetiție)

II. *Orchestra în spectacol la bar.*

III. *Orchestra în transformare.*

a) *din executant în instrument.*

b) *din instrument în animale și părăsi*

c) *din animale și păsări în instrument*

d) *din instrument în executant.*

I. *Orchestra în pregătire* (repetiție)

Instrumente : pian, trompete, trombon, saxofon, tobă, clarinete, contrabas, viori, chitară sau banjo, baterie etc.

Prima mișcare — intrarea în scenă cu instrumentul și gruparea în jurul pianului.

A doua mișcare — plasarea și încercarea instrumentului.

Apariția dirijorului și începerea repetiției.

Fiecare instrumentist își acordează instrumentul, începe cîntecul ; aici pot interveni diferite opriri și reluări, care se pretează la improvizații foarte diverse : mișcări în grup — (dirijorul cheamă în față și trimite înapoi fie întreaga orchestră, fie o parte) —, sau individuale : dirijorul ceartă saxofonistul, acesta execută cîteva măsuri singur, sub supravegherea dirijorului, un altul scapă un clarinet pe jos, pianistul își șterge ochelarii, etc., etc.

Trebuie avută în vedere în mișcarea scenică, crearea unei omogenități crescînde care să dea spectatorului sentimentul acordării unui grup uman, în desăvîrșirea unei munci colective.

Bineînțeles, instrumentele sînt imaginare și mimarea gesturilor adecvate fiecărui instrument este însoțită de sunete evocînd instrumentul respectiv. Imitarea instrumentului trebuie să fie strict sugerată, pentru ca nu cumva prin intensități exagerate să devină neplăcută.

Alegerea instrumentului să fie lăsată la latitudinea studenților sau indicată de profesor — în cazul nehotărîrii acestora, sau — cînd profesorul poate în felul acesta folosi mai bine aptitudinile fiecăruia.

Este de recomandat ca dirijorul să fie un student cu oarecare inițiere muzicală, care să-i permită mai ușor cuprinderea în ansamblu a scenei.

În alegerea temei muzicale este interesant să se treacă de la un ritm lent la unul rapid, sau viceversa, folosindu-se de fiecare dată, de preferință, melodii bine cunoscute.

II. *Orchestra în spectacol la bar*

Se presupun pe scenă de la început două entități diferite :

Orchestra și publicul

Între ele trebuie creată o legătură care să permită sugerarea unei atmosfere de divertisment.

Ritmul imprimat de orchestră se va transmite în sala de bar, fie că unii vor dansa, alții vor fi antrenați să mimeze la masă gesturi sugerind ritmul orchestrei.

Orchestra, la rîndul ei, poate improviza în interiorul unei omogenități impuse de spectacol o serie întreagă de mișcări ; acestea să dea impresia că instrumentiștii sînt stăpîni pe instrumentele lor și că știu să le folosească cu dexteritatea care introduce elementul inedit intr-un spectacol de divertisment. Această mișcare scenică, cu nuanțele ei, va permite în cazul orchestrei în repetiție accentuarea efortului de perfecționare individuală și de integrare în ansamblu, iar în cazul „orchestrei la bar" — exprimarea unei virtuozități degajate. De exemplu : pianistul poate să se ridice în picioare în timp ce cîntă, să facă o piruetă și să se reașeze la pian. Saxofonistul poate să se ridice de pe scaun cu saxofonul în aer. Contrabasistul își învîrtește instrumentul etc.

Pentru diversificare, se poate imagina detașarea cîte unui instrument din ansamblul orchestrei și pătrunderea lui în mijlocul publicului. De exemplu : un violonist care cîntă la urechea unui consumator, presupunînd o mișcare lentă a cîntecului, sau dimpotrivă, un saxofonist plimbîndu-se printre dansatori, biciuind ritmul cu stridența lui etc.

Intervenția unei diseuse, poate introduce un element nou. De exemplu subordonarea orchestrei la elementul vocal, și în public — oprirea dansului și gruparea atentă în jurul celui care cîntă.

Se mai pot crea și momente de tensiune ritmică prin întreruperea orchestrei, care cedează melodia unui singur instrument de puternică ritmicitate cum ar fi toba, bateria, etc.

Se poate introduce și un al treilea element, un număr de music'hall care să creeze noi relații. De exemplu : doi dansatori, un acrobat, etc., care crează o altă animație și prin prezența lor solicită noi gesturi din partea instrumentiștilor și a publicului.

III. *Orchestra în transformare :*

a) *din executant în instrument.*

Urmărind mai departe jocul improvizației, se poate trece la situații mai subtile.

Se presupune că executantul și-a însușit atît de bine specificul instrumentului său, încît — cu un spor de imaginație — se poate sub-

stitui acestuia. Vom avea astfel posibilitatea ca studenții să compună o scenă în care fiecare dintre ei să creeze iluzia de a fi un pian, un saxofon, o tobă, etc.

Acest lucru se poate dobîndi prin mișcări care să creeze volume sugerînd instrumentul, de exemplu : pentru tobă, ghemuirea trupului cu mici zvîcniri amintind bătaia în tobă, o întindere în lateral, — pentru instrumentele de coarde ; extensiuni însoțite de o mișcare a brațului care să dea impresia unei corzi care se rupe ; o mișcare avîntată în spirală pentru sugerarea saxofonului. Pianul poate fi sugerat de doi studenți alăturați, în genunchi, cu brațele ridicate la nivelul capului, etc. etc.

Desigur că asemenea mișcări presupun un mai mare efort de imaginație, dar de aceea sînt și mai apte să permită detectarea la viitorul actor a capacității lui de a răspunde creator la situații neașteptate.

b) *Din instrument în ființe :*

Mergînd mai departe în explorarea posibilităților imaginative ale studenților, putem să indicăm trecerea de la mișcarea anterioară prin care se mima instrumentul, la una nouă, prin care instrumentul devine ființă (animal sau pasăre), pe care studentul lui o sugerează. Acesta va cere un nou efort studentului, acela de reanimare a unor gesturi care se prezentau anterior, mai ales avînd un caracter abstract.

Acest exercițiu este interesant și prin faptul că nu poate fi cerut fără o pregătire prealabilă în vederea mimării respective.

Această pregătire cere pe lîngă o adîncire a sensului instrumentului și un efort intelectual pentru a indica esența originară, naturală, a zgomotului din care s-a inspirat omul cînd a creat instrumentul ; deoarece foarte multe instrumente reproduc la modul uman sunete existente în natură. De exemplu : trompeta cu stridența ei îndrăzneață amintește cîntecul cocoșului, care anunță începutul zilei. Vioara cu trilul ei prelungit ne sugerează o privighetoare. Contrabasul ne duce la asocierea sunetelor lui cu grohăitul unui porc sau mormăitul unui urs. Toba, cu bătăile sacadate, ne face să auzim parcă trapul unui cal. Saxofonul ne permite să ne gîndim la ghidușia unei veverițe, etc. De aceea, acțiunile lor vor fi dublate de sunetele corespunzătoare.

Ca o completare a acestui exercițiu, studenții pot fi antrenați să mimeze o orchestră de animale, coordonîndu-și astfel mișcările individuale în vederea unui ansamblu.

c) *Din ființe în instrument :*

Pentru a obișnui studentul cu o cît mai mare suplețe atît fizică cît și psihică, îi sugerăm de data asta să redevină din animalul care fusese imaginat de calitatea sunetului instrumentului, din nou instrumentul însuși.

Trebuie observată în această nouă situație comportarea fiecărui student pentru o trecere gradată de la o stare la alta, atrăgîndu-i-se atenția asupra organicității pe care o comportă exercițiul.

d) *Din instrument în executant :*

Ca o încheiere a acestui capitol, studenții vor fi solicitați să reintre în rolul inițial de instrumentiști, care reiau instrumentele în

stăpînirea lor, închegînd din nou o orchestră în sensul strict al cuvintului.

Complexitatea studiului de improvizație cere din partea profesorului o foarte atentă dirijare către diversele etape, dirijare care să nu afecteze libertatea inventivă a studenților.

Profesorul trebuie să ajute pe student să descopere el însuși mișcările cele mai adecvate, făcînd apel la cunoștințele lui anterioare, sugerîndu-i cu tact anumite indicații care să-i ușureze căutările proprii.

Stimulîndu-i calitățile specifice temperamentale, declanșează în el o imaginație autentică, aptă să-l conducă la un act creator.

Studiu de improvizație

„Mulțimea și cortegiul"

I. *„Mulțimea"*.

II. *„Cortegiul"*.

III. *„Mulțimea și cortegiul"*.

Subiectul :

Ocupanți militari

I. „Mulțimea" este un grup de studenți care privește trecerea unui cortegiu imaginar.

Cortegiul poate fi : o demonstrație sportivă, o înmormîntare, trecerea unor ocupanți militari, un carnaval, o încăierare între două sau mai multe persoane, etc.

Exercițiul A.

Grupul de studenți stă cu *fața* spre public. În timp ce cortegiul imaginar trece de la dreapta spre stînga în fața studenților, aceștia își exprimă sentimentele și gîndurile prin mișcări și gesturi, folosind tot corpul, inclusiv brațele.

De exemplu : Cortegiul (imaginar) este format de ocupanți militari. Ocupanții se apropie. Se aude pasul lor. Fiecare student reacționează altfel. Unul stă nepăsător și indiferent, al doilea este speriat, al treilea are o privire dîrză și hotărîtă, al patrulea este lovit și cade, o fată privește militarii cu oarecare curiozitate și cochetărie, etc.

Exercițiul B.

Grupul de studenți stă cu *spatele* spre public. În timp ce cortegiul (imaginar) trece prin fața lui, studenții își exprimă sentimentele și gîndurile folosind *numai corpul*, fără antrenarea brațelor în gesturi.

De exemplu : Cortegiul imaginar este format de ocupanți militari. La apropierea ocupanților, studenții repetă mișcările din exercițiul A, stînd însă cu *spatele* spre public și fiind obligați să se facă înțeleși fără ajutorul mîinilor ; va fi necesară o mai accentuată încordare fizică pentru exprimarea sentimentelor și a gîndurilor fiecăruia dintre ei.

Exercițiul C.

Grupul de studenți stă tot cu spatele spre public, la fel ca la exercițiul B. Cortegiul (imaginar) vine din fundul scenei, colțul sting, și traversează scena în diagonală spre dreapta.
Studenții își exprimă sentimentele și gîndurile folosind *numai corpul*, fără antrenarea brațelor în gesturi.
De exemplu, cortegiul imaginar este format de ocupanți militari. La apropierea ocupanților, studenții repetă mișcările din exercițiul A, stînd însă cu *spatele* spre public și fiind obligați să se facă înțeleși fără ajutorul mîinilor; va fi necesară o mai accentuată încordare fizică pentru exprimarea sentimentelor și a gîndurilor fiecăruia dintre ei.

Exercițiul D.

Grupul de studenți stă tot cu spatele spre public, la fel ca la exercițiul B. Cortegiul (imaginar) vine din fundul scenei, colțul sting, și traversează scena în diagonală spre dreapta.
Studenții își exprimă sentimentele și gîndurile numai din corp, fără antrenarea brațelor.
Acest exercițiu se poate dezvolta, și anume, cortegiul imaginar avansează, trece prin rîndurile studenților, se amestecă cu mulțimea. Studenții răspund acțiunii, unii dintre ei întorcîndu-se spre publicul din sală.
De exemplu: cortegiul imaginar este format din ocupanți militari: în momentul cînd cortegiul se apropie, se observă o încordare crescîndă în rîndurile mulțimii. Unii au o atitudine dîrză și hotărîtă și așteaptă să înfrunte adversarul. Alții se gîndesc să fugă, să se salveze, să se ascundă. Dar e prea tîrziu, ocupanții sosesc. Se ivesc primele incidente între militari și mulțime. Se crează o învălmășeală, lovituri, lupte. Unii dintre cetățeni sînt loviți, arestați, ridicați. Ocupanții avansează și dispar după culise.

II. *„Cortegiul“.*

În acest studiu — spre deosebire de exercițiile descrise anterior, cortegiul este format dintr-un grup de studenți, iar „Mulțimea“ este imaginară. După ce studenții au executat exercițiile denumite „Mulțimea“ și au reușit să se comporte plastic și expresiv, ei trebuie să încerce să redea mersul, mișcările și gesturile participanților din „Cortegiu“.
Acest studiu este foarte interesant deoarece rolurile sînt inversate, în sensul că acum studenții trebuiesc să joace rolurile persoanelor care înainte au fost imaginate de ei.
De exemplu: „Ocupanții militari“ — grupul apare din fundul scenei, colțul sting, și traversează scena în diagonală. Pasul lor de militari, privirea hotărîtă și chiar arogantă, ținută sigură exprimă mîndria și încrederea în forțele lor. Ei vor să inspire frica în „Mulțimea“ (imaginară) care așteaptă trecerea lor. La întîlnirea „Cortegiului“ cu „mulțimea“, se ivesc primele incidente.
Ocupanții se consideră provocați și încep să lovească unii cu cravașa, alții cu piciorul. Ei îi urmăresc pe cei care caută să fugă, îi arestează și îi ridică.

III. *„Mulțimea și Cortegiul“.*

Dacă avem un număr mai mare de studenți în clasă, ei pot fi împărțiți în două grupe: „Mulțimea“ și „Cortegiul“.
În acest caz există o strînsă comunicare între ei, acțiunea lor fiind spontană.
De exemplu: Exercițiul C; subiect: Ocupanți-militari“. Grupul de studenți care formează „Mulțimea“ stă cu spatele spre public.
„Cortegiul“, format din ocupanții militari, este de asemenea real. El se apropie amenințător producînd o reacție spontană. Se nasc incidente între cortegiu și mulțime.
Scenele care în studiul I și II, au fost realizate cu parteneri imaginari, se transformă în relații reale.
Indicații: la aceste exerciții de improvizație se pot întrebuința practicabile sau cuburi de diferite mărimi, care vor fi așezate pe scenă după necesități. De asemenea, studenții pot îmbrăca anumite elemente de costume și pot folosi obiecte adecvate.

„Carnavalul“

I. *Mulțimea*

„Mulțimea“ sînt oamenii curioși care au ieșit pe stradă ca să privească trecerea „Carnavalului“.

Exercițiul A

Grupul de studenți stă cu *fața* spre public. În timp ce cortegiul imaginar trece de la dreapta la stînga, prin fața studenților, aceștia își exprimă curiozitatea, interesul, amuzamentul pentru cele ce se desfășoară pe stradă; chiar îi imită pe cei din cortegiu, prin mișcări și gesturi expansive, însoțite de zîmbete și risete.
De exemplu: cortegiul „Carnaval“ (imaginar) este format din diferite măști și alte personaje variate care aruncă serpentine, confeti, etc., dansează, sar, fac tumbe și glume cu mulțimea.

Exercițiul B

Grupul de studenți stă cu *spatele la public*. În timp ce cortegiul (imaginar) trece prin fața lor, studenții își exprimă sentimentele și gîndurile, folosind numai *corpul* fără antrenarea brațelor în gesturi.
De exemplu: cortegiul imaginar este format dintr-un grup divers, neomogen, de măști și personaje cu diferite caracteristici.
Studenții reacționează cu corpul lor fără să antreneze brațele la mișcările nostime și vesele ale personajelor din cortegiul „Carnavalului“. Ei pot contribui la exprimarea rîsului antrenînd spatele și picioarele.

Exercițiul C

Grupul de studenți stă tot cu spatele la public, la fel ca la exercițiul B. Cortegiul (imaginar) vine din fundul scenei, colțul sting, și traversează scena în diagonală spre dreapta.

Studenții își exprimă sentimentele și gîndurile numai din corp, fără antrenarea brațelor. Cortegiul (imaginar) trece printre rîndurile „Mulțimii", avansează și se amestecă cu privitorii.

Personajele „Carnavalului" antrenează pe cei din „Mulțime" care la rîndul lor devin personaje și tot grupul se transformă într-un carnaval general.

II. *Cortegiul „Carnaval"*

În acest studiu, „Cortegiul" este format de un grup de studenți, iar „Mulțimea" este imaginară. După ce studenții au executat exercițiile denumite „Mulțimea" și au reușit să se comporte plastic și expresiv, ei trebuie să încerce să redea mersul, mișcările și gesturile participanților din „Cortegiu".

Acum studenții joacă rolurile personajelor văzute de ei înainte.

III. *Mulțimea și Cortegiul*

Studenții se împart în două grupe. Unii prezintă „Mulțimea", alții „Cortegiul". În acest caz există o strînsă comunicare între ei, acțiunea lor fiind spontană.

Dacă grupul de studenți este bine antrenat, exercițiile pot fi executate și cu acompaniament muzical.

Improvizație cu măști

I. *Masca exprimînd o stare psihică, sau socială.*

II. *Masca exprimînd o epocă istorică.*

III. *Masca în Commedia dell'Arte.*

IV. *Masca antică.*

V. *Măști de animale și păsări.*

Nu putem încheia acest capitol, în care am tratat despre „Improvizație", fără să ne amintim despre mască și rolul ei în studiul improvizației scenice. În capitolul anterior, la exercițiul intitulat „Carnaval", am întîlnit masca folosită în caracterizarea diferitelor personaje din „cortegiu". Posibilitățile jocului cu masca sînt multiple. Actorul modern trebuie să se preocupe în formarea sa de cunoașterea și însușirea acestei modalități de expresie scenică, completîndu-și astfel bogata sa paletă de culori și nuanțe.

Expresia măștii poate căpăta o varietate infinită, individualizîndu-se, căpătînd datele concrete ale fiecărui rol. Astfel masca poate exprima o stare psihică: veselie, tristețe, groază, etc. Poate înfățișa o anumită vîrstă; copil, tînăr, bătrîn; sau un anumit sex: femeie, bărbat; sau o stare socială, etc., etc.

Tot masca poate indica o anumită epocă istorică sau un anume stil: masca antică, masca folosită în Commedia dell'Arte.

Această mare varietate nu presupune în mod necesar o delimitare strictă între ele; se pot întrebuința măști, în care starea psihică, vîrsta,

sexul, epoca și chiar stilul să fie exprimate global, fiecare cu caracterele sale. Aceasta depinde de gradul de dezvoltare al studenților, de capacitatea lor de abordare a unor teme simple, sau mai complexe. Dar în toate cazurile, masca poate fi întrebuințată, fie ca un element care să sugereze tema improvizației executate, fie, dimpotrivă, ca unul contrastant, care să oblige la interpretarea unei improvizații avînd un caracter opus sugerărilor degajate de mască. Deci, pe de o parte, o subordonare a jocului printr-o atentă interpretare a măștii, sau dimpotrivă, efortul de a scoate în relief expresia opusă aceleia pe care masca o indică.

În orice caz masca este pivotul în jurul căruia se organizează improvizația; deci, și într-un caz și în celălalt, trebuie relevat rolul pe care masca îl are în condiționarea și dirijarea temei improvizate. Aceasta nu exclude desigur o libertate în desfășurarea imaginației, dar impune acesteia o anumită strictețe și stăpînirea unor mijloace de expresie capabile să se integreze unor sensuri comandate.

În executarea studiilor se lucrează cu măști cît mai variate, urmărind și în acest caz o progresiune de la simplu la complex, lucrul fiind atît individual, cît și în grupuri de doi-trei. Se are în vedere, că acest studiu atractiv prin invitarea imediată la interpretare, comportă mult mai multe dificultăți decît sînt dispuși studenții să le acorde la primul contact. De aceea este de dorit, ca în exercițiile executate cu mască, să se procedeze cu multă atenție, pentru ca spontaneitatea inițială să fie tot mai studiată și mai nuanțată în urmărirea scopului final, cel al unei dedublări reușite.

Desigur că masca cu grimasa ei încremenită predispune la o interpretare simplificată și uneori chiar schematică; totuși trebuie să li se atragă atenția studenților că, în evoluția lui, teatrul a obținut grație măștii efecte de mare forță sugestivă, și că masca a fost unul din determinantele unui anumit stil de interpretare. Studiind atent posibilitățile de exprimare pe care le permite masca, studenții se vor deprinde să-și contureze mai bine personajul interpretat, în crearea unor roluri de compoziție. Tot cu ajutorul ei își vor delimita o expresivitate scenică propriu-zisă, în raport cu mimarea voit accentuată și exagerată.

O dată compus personajul pe care masca îl sugerează, se trece la improvizarea unor scene capabile să pună în valoare, în mai multe momente coherente, puterea de expresivitate obținută prin intermediul măștii. Sînt studii de improvizație individuale și în grupuri mici, în care tema este lăsată la alegerea studenților sau poate fi indicată de profesor.

În exemplificările care urmează, se urmărește la început ca masca să fie un stimulent cît mai natural, cît mai apropiat de mentalitatea studenților. De aceea li se prezintă măști diferite cu expresii obișnuite și familiare, în care ei să se recunoască ușor, prezentînd totuși *calitatea ineditului, care să le stimuleze imaginația*. Studenții primesc cîte o mască și li se va da timpul necesar pentru a o studia, observîndu-i cu atenție caracterul, pentru ca intervenția imaginației în improvizația care va urma, să nu fie nici gratuită și nici superficială. Masca să constituie pretextul unei interpretări cît mai largi, care să nu reducă la gesturi și atitudini simpliste cu limitarea la expresia imobilă a ei.

Măștile exprimînd stări psihice diferite, sînt cele mai la îndemînă cu atît mai mult cu cît aceste stări sînt foarte tranșant înfățișate.

O mască tristă va impune întregului corp mișcări și atitudini, ce vor diferi de una veselă. Măștile obligînd la interpretări legate de o vîrstă prea depărtată de cea a studenților (de exemplu de bătrîn), deși atrăgătoare prin simțul mimetic, se recomandă abia într-un stadiu mai avansat, cînd problemele sînt mai profund înțelese, pentru a evita rezolvări facile cu efecte involuntar caricaturale.

Măștile indicînd o anumită stare socială lărgesc mult sfera interpretării, ocazionînd o mai complexă și mai suplă adîncire a problemelor. Practic, după ce studenții au studiat masca oferită de profesor, sînt invitați să execute numai cu capul anumite mișcări, care să exprime stări diferite în raport cu expresia măștii. Ei vor trebui să poată sugera plastic un moment de așteptare, salutul unei persoane, ascultarea unui zgomot, cearta cu cineva, etc. Cînd expresia mișcărilor capului a fost bine determinată (la modul specific exagerat pe care îl presupune interpretarea cu mască) se trece rînd pe rînd la studierea mișcărilor umerilor, a brațelor, a trupului și a picioarelor, pentru a obține o expresie unitară în care toate elementele să concureze la caracterizarea personajului indicat de mască. Această primă etapă se dezvoltă prin evoluția personajului în cadrul scenei, cu grijă de a nu pierde caracterul specific studiat. Se repetă exercițiul pînă cînd studentul obține o plasticitate și o expresie cît mai adecvată în raport cu masca. Într-un alt exercițiu, măștile traversează scena, mergînd una cîte una lîngă peretele din fund, din dreapta spre stînga. Ele își imaginează că sînt urmărite, că ascultă ceva, sau că vor să treacă neobservate.

Odată lucrul individual realizat, se trece la combinarea a două sau mai multe măști, care împreună pot alcătui un studiu. De exemplu, măștile, fie la sugestia lor, fie la indicația profesorului, pot realiza o scurtă întîlnire (dacă sînt două) sau de petrecere (dacă sînt mai multe). Acțiunea ar debuta cu evoluția pe scenă rînd pe rînd a măștilor în atitudinea tip studiată înainte, urmînd intrarea lor la locul convenit. Aceasta va comporta eventual și anumite elemente de decor. Odată reuniți, studenții consecvenți atitudinii la care îi obligă masca, vor stabili între ei relații care să indice că și-au înțeles fiecare nu numai personajul pe care îl reprezintă dar și interacțiunile posibile cu partenerul, sau partenerii. Nu se urmărește încă o unitate de stil sau chiar de gen, pentru a nu propune prea multe probleme deodată ; de aceea, în cadrul aceleași scene între diferiți parteneri, se pot crea în același timp momente atît comice cît și dramatice. Se va avea doar în vedere caracterul de unitate, pe care îl cere prezența într-o ambianță comună. În acest fel, alta va fi comportarea lor într-un salon, alta pe peronul unei gări, în natură, etc. Sînt nuanțe care trebuiesc încă de la început observate și bine înțelese, pentru a permite un proces real în etapele mai complexe ulterioare.

Ca element surpriză, profesorul poate dirija pe scenă în timpul evoluției unui student, o altă mască despre a cărei prezență primul să nu știe. Deplasarea lor contrastantă în spațiul scenic, fie că instinctiv se ocolesc, sau întîmplător se ciocnesc, crează situații de un comic irezistibil, care antrenează toată clasa.

Prin introducerea măștilor care indică o anumită epocă istorică, se cere o mai mare înțelegere a problemelor de interpretare propriu-zisă, cît și sesizarea adevărată a nuanțelor definitorii psihicului și exteriorizării. Nu este vorba numai de o superficială adaptare la un costum anumit, ci de transpunerea într-o mentalitate, motivată de cauze profunde și specifice. Se va recurge desigur în aceste studii la exemple mai cunoscute, mai apropiate de nivelul intelectual al studenților, cu grija de a le stimula interesul pentru o autentică și studiată introducere în epoca respectivă. Aceasta le trezește și mai mult răspunderea atît față de personajele pe care le vor interpreta cu grijă de a nu le desfigura, cît și față de publicul care merită întotdeauna o redare veridică și evocatoare.

Pentru improvizații cu *caracter comic* se pot întrebuința măști caracteristice *Commediei dell'Arte*. Este un mijloc de a introduce în mod viu pe studenți în specificul acelui gen de teatru.

Măștile antice — deși mai rar folosite, pentru că presupun o mai adîncă cunoaștere a caracterului înalt simbolic al tragediei grecești — permit abordarea unor teme de improvizație rezolvate cu mijloace esențializate, creind o atmosferă de solemnitate. Acestea cer folosirea unor gesturi ample și atitudini subliniind caracterul eroic și chiar supraomenesc al temelor.

Măștile de animale și păsări introduc pe studenți în lumea basmului și a feeriei și sînt un mijloc de a le stimula posibilitățile imaginative. Ele permit printr-o justă înțelegere și interpretare, atît ipostazierea omului în făptură a naturii, cît și acesteia de a se umaniza.

I.

Iată în continuare cîteva principii în improvizațiile cu masca.

Într-un exercițiu de improvizație cu masca reprezentînd o expresie veselă și tinerească, studentul observă cu atenție amănuntele care compun expresia generală. Masca poate avea o expresie forțat caricaturală, cu un smoc de păr care ridică și vîrful capului, cu un rîs larg încremenit, cu nasul obraznic răsucit în vînt sau, poate avea o expresie naturală de tinerețe veselă și senină. În primul rînd studentul va face uz de mișcări și atitudini care să corespundă aspectului caricatural al măștii, prin exagerarea și forțarea mișcărilor și atitudinilor obișnuite. În evoluarea lui pe scenă, va avea grijă să nu slăbească nici un moment impresia de dezlănțuire pe care masca o exprimă. Atitudinea capului semeață și mobilă, gesturile largi și vii ale brațelor, o suplețe dinamică a trupului, pași repezi, chiar săltăreți, subliniază expresia măștii și o completează.

Efecte comice se mai pot obține și prin atitudini și mișcări care contrazic expresia măștii. De exemplu : o mască comică însoțită de o evoluție lentă, languroasă, reculeasă și meditativă, sau de adîncă disperare.

O mască cu o expresie obișnuită într-o interpretare corespunzătoare nu se pretează la exagerări de pantomimă, ci cere mișcări și atitudini cît se poate de normale.

Pentru a lărgi sfera de interpretare în compunerea studiilor de improvizație cu măști, se pot folosi și diverse obiecte sau detalii de costum, legate de specificul măștii. O mască de femeie cochetă poate

folosi de pildă o oglindă, sau evantai, un șal, sau o batistă, care, prin întrebuințarea lor îmbogățesc jocul nu numai cel individual, dar și cel al grupului. De exemplu : cocheta prin mișcările ei provoacă atitudinea tînărului într-o scenă cu atracții și refuzuri succesive, în care își exersează fiecare puterea de seducție.

În completarea acestor studii de improvizație, se pot introduce și diverse elemente vestimentare, care să situeze măștile într-un anumit cadru social, obligînd la o interpretare adecvată. De exemplu : o mască de timid, căreia i se adaugă o șapcă de licean, va avea o altă atitudine decît cea care va purta minecuțele de birocrat ; sau o mască tristă se va comporta altfel purtînd o pelerină de cavaler, decît una cu baston de schilod sărac.

II

În cursul studiului, *exercițiile sugerind personaje dintr-o anumită epocă* se realizează cu măști simple, care acoperă doar jumătate din față și la adăpostul cărora și cu ajutorul unor elemente de costum, studenții imaginează mișcări și atitudini creind apoi mici scene cu personaje cunoscute din teatrul clasic. Măștile sînt pretextul unei depersonalizări a studentului, permițîndu-i mai ușor intrarea într-un personaj anumit. Prin degajarea mai mare a figurii, gura, bărbia, rămînînd libere, ca și prin caracterul lor neutru, permit o mai suplă interpretare. De exemplu : „Romeo și Julieta“ de Shakespeare, „Don Carlos“ de Schiller, „Cid-ul“ de Corneille, ocazionează improvizații pe teme cunoscute și cu personaje mai bine definite în raport cu vîrsta și cultura studenților. Nu este vorba de a reproduce scene din piesele respective, ci de a imagina relații noi, care să păstreze totuși atmosfera caracteristică a piesei. De exemplu : în improvizația avînd ca motiv piesa „Romeo și Julieta“, nu se cere intrepretarea cunoscutei scene a balconului dar — sugerarea unui sentiment de o mare puritate propriu unei dragoste ideale prin gesturi și atitudini de nobilă candoare, de pasiune transfigurată.

III

Pentru *improvizațiile* care se încadrează *într-un stil* anumit, utilizînd măști proprii unor spectacole dramatice din trecut care se jucau cu mască, se întrebuințează *măștile tipice*, personajele fiind și ele foarte caracteristice. În Comedia dell'Arte, masca cu nasul mare pentru Pantalone, cu fața neagră acoperită cu păr sugerînd cu cap de iepure a lui Arlechino, sau fața pudrată cu alb pentru Pierrot, etc., sînt măști care configurează foarte precis personajul și impun deci o tot atît de precisă încadrare în stilul și personajul respectiv. Sînt tipuri foarte strict definite, limitate ca număr și a căror problematică este și ea tipică. De aceea în studiile de improvizație care abordează aceste teme, se cere o atentă observare a unui schematism lipsit de nuanțe. În completarea efectului vizual al măștilor se poate recurge la diferite sublinieri cu ajutorul unui abdomen exagerat, a unei cocoașe, etc. Cunoștințele pe care studenții le-au acumulat în cursul studiului executînd exerciții de salturi, acrobație, pantomimă și plastică, cu elemente din Commedia dell'Arte, le permit o mai bună orientare în improvizațiile pe această temă printr-o justă înțelegere a stilului specific. Motivele foarte simple și tipice ale Commediei dell'Arte se pretează la improvizații libere pentru că au la bază întîmplări și conflicte etern umane, localizate însă foarte precis ca expresie, într-un anumit stil, de care studenții trebuie să țină seama.

În cazul măștilor antice studenții vor accentua prin mișcări și atitudini ample, atît solemnitatea personajelor tipice cît și necesitatea vizuală a interceptărilor tipice de la mare distanță. Întrebuințînd elemente de decor care să sugereze trepte, coloane, portaluri se va permite un joc variat și nuanțat cu urcări-coborîri, îngenuncheri, așezări pe trepte. Jocul în jurul coloanelor, intrările și ieșirile prin portaluri, etc., în desfășurarea lor să evite totuși o retorică abstractă, inanimată.

În improvizațiile cu măști de animale și păsări sînt mai ușor de realizat cele în care animalele și păsările, în afară de atributele fizice foarte caracteristice speciei căreia aparțin, prezintă și atribute morale cu referiri umane. De aceea, într-o improvizație avînd ca subiect un măgar, se va mima atît plasticitatea tipică a animalului, (mers, poticneli, răget, etc.) cît și încăpățînarea, mărginirea lui caracterizînd o anumită categorie de oameni ; la fel se va întîmpla cu masca reprezentînd un leu, tipul bărbăției sigură de sine sau cocoșul agresiv și îngîmfat, sau lebăda elegantă cu alunecări line.

Pentru a-i obișnui pe studenți cu o mai mare mobilitate în jocul lor, pentru a le exersa mai bine imaginația, o etapă superioară de lucru propune ca în cursul aceluiași studiu să se utilizeze de către același student, măști cu expresii și caractere diferite.

În fundul scenei, un panou despărțitor va permite studentului ca după executarea improvizației cu o anumită mască, să dispară pentru a reapărea cît mai repede cu altă mască și eventual elemente de costum), improvizînd din nou pe tema sugerată de masca cea nouă. De la un joc individual, cînd prima mască reprezintă de exemplu o Ileană Cosînzeana, sau a doua, o Babă-Hîrcă, se poate trece la mici scene, în care schimbările măștii unui personaj să oblige pe celălalt la adaptarea cerută de noua situație. De exemplu, cocheta urmărită de tînărul admirator, dispare după panou și reapare în chip de vrăjitoare urîtă, speriindu-l pe acesta și punîndu-l pe fugă, sau apare ca un vînător tînăr și vesel în fața tejghelei — revine bătrîn cu dorința de a cumpăra o pereche de ochelari ; revine ca vînzător și dispare să aducă marfă în prăvălie ; apoi revine ca un timid care întreabă de o adresă, strigînd tare ca să fie auzit de vînzătorul care lucrează în încăperea vecină, etc.

La fel se pot realiza și măștile Commediei dell'Arte, sau cele de animale și păsări, obligîndu-i pe studenți la o suplețe bine exersată atît psihică, cît și fizică. În toate cazurile trebuie să subliniem că expresia, caracterul și stilul măștii *este pivotul* în jurul căruia se improvizează cu mult curaj și imaginație.

BIBLIOGRAFIE

*

ALBAKIN, N. — *Sistemul lui Stanislavski şi teatrul sovietic*, Bucureşti, Editura Cartea Rusă, 1955.
— *Bazele estetice marxist-leniniste*, Editura Politică, Bucureşti, 1961.
— *Arta actorului. Manual anul I.* Editura didactică şi pedagogică, Bucureşti, 1970.

BĂIEŞU, N. — *Gimnastica acrobatică 1957*, Editura Tineretului, Cultura Fizică şi Sport.

BARRAULT, J. LOUIS — *Je suis homme de théatre*, Zürich, 1956, Nouvelles reflexions sur le théatre, 1959, Paris.

CĂLIN, V. — *Metamorfozele Măştilor Comice* (Procedee, motive, modalităţi), Bucureşti, Editura pentru literatură, 1966.

CHRISMAN, ISABEL — *Manieră şi mişcări în piesele de epocă*, London.

DACO, PIERRE — *Les prodigieuses victoires de la psychologie moderne* — Marabout Service 15, Paris.

DALCROZE, E. JACQUES — *Gimnastica Ritmica Estetica e Musicale* — Milano — Ulrico Horpli — Editore, 1925.

DECROUE, ETIENNE — *Paroles sur le mine*, Paris, Gallimard, 1963.

DELY, KAROLY — *Joga Medicina* — Medicina Kongokiado-Budapest, 1971.

DUCHARTRE, P. L. — *La comedie italienne et ses enfants*, Paris, Editions d'Art et industrie, 1955.

FLASCH — *Le Yoga — Une ecole d'aquilibre et de bonheur harbout Flasch*, Belgique, 1962.

GIULEANU, V. — *Teoria ritmului*, vol. I. — Ritmul muzical vol. II, Bucureşti, Editura Muzicală, 1968.

HAGEMANN — *Die kunst der bühne der mine*, Berlin, 1921.

IVANOV, I. — U.R.S.S. — Moscova.

KORSZERÜ SZINHAZ — *„A Pantomime“* — Szinhaztudomanj Intézet, Budapest, 1964.

MARCUS, S. — *Criterii psihologice de depistare a capacităţii de transpunere scenică*. Revista de Psihologie M.Y., pag. 377—390, Bucureşti, 1968.

MOISESCU, V. — *Lectura Artistică şi Recitarea* — Ed. Comit. de Stat pt. cultură şi artă — Bucureşti, 1967.

MUJICIKOV, N. Y., MUJICIKOV, BRANGA, I. — *Jocuri pentru copii şi tineret* — Editura de cultură fizică şi sport, R.S.R., 1966.

PELLEGRINI, A. — *Scrimă și luptă scenică* — București, 1971.
SADOVEANU, J. MARIN — *De la mimus la baroc*, Editura Cartea Românească, București, 1933.
SPOLIN, VIOLA — *Improvization for the Theater* — Hanbook of Teaching and Directing Techniques Evanston, Northwestern University, Press, 1963.
STAN, SANDINA, prof univ la Inst. de Artă Teatrală și Cinematografică — *Tehnica vorbirii artistice*, Editura Comitetului de Stat pentru Cultură și Artă, București, 1967.
STANISLAVSKI, R. I. — *Sistemul lui Stanislavski și munca actorului cu sine însuși*. ESPLA, București, 1955.
SURANY, O. — *Uttörök játekoskönyve*, Ifjusági Könyvkiádo, Budapest.
NEACȘU, G., MARCUS, S. — *Studiul relației dintre imaginație și expresia scenică în condiții de improvizație cu actorii dramatici* — Revista de psihologie, nr. 2, București.

CUPRINSUL

*